ваш домашний повар

СВЕРХ-ПРОСТЫЕ КУЛИНАРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Как часто у нас не хватает времени для того, чтобы полноценно поесть. А приготовить что-то полезное и вкусное дома и подавно…

В этой книге вы найдете рецепты блюд, оригинальных и вкусных, но очень простых и не требующих много времени для приготовления. С помощью них вы всегда сможете приготовить великолепный ужин для всей семьи, даже в рабочие будни, и не ударите в грязь лицом, если неожиданно нагрянули гости.

- Сверхпростые кулинарные рецепты
  - ВВЕДЕНИЕ
  - НЕСКОЛЬКО ДОБРЫХ СОВЕТОВ
  - ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ…
  - КАШИ
  - БЛЮДА ИЗ ЯИЦ
  - ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ
  - ГРЕНКИ
  - КАНАПЕ
  - ТАРТАЛЕТКИ
  - САЛАТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ И ЗЕЛЕНИ
  - САЛАТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ
  - САЛАТЫ ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ
  - САЛАТЫ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ
  - ЗАКУСКИ ИЗ ЗЕЛЕНИ И ОВОЩЕЙ
  - ЗАКУСКИ ИЗ ГРИБОВ
  - ЗАКУСКИ ИЗ СЫРА И ТВОРОГА
  - ЗАКУСКИ ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ
  - ЗАКУСКИ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ
  - ПЕРВЫЕ БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ
  - ПЕРВЫЕ БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ
  - ПЕРВЫЕ БЛЮДА ИЗ РЫБЫ
  - ВТОРЫЕ БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ
  - ВТОРЫЕ БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ
  - ВТОРЫЕ БЛЮДА ИЗ РЫБЫ
  - МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Сверхпростые кулинарные рецепты
Составитель Е. А. Крылова

ВВЕДЕНИЕ

Очень часто нам кажется, что у нас совершенно нет времени готовить, что проще перехватить на бегу готовый полуфабрикат и отправиться дальше с набитым непонятной едой желудком и чувством полнейшего неудовлетворения. Таким отношением к своему питанию мы достаточно часто перенапрягаем свой желудок и сильно облегчаем свой кошелек. А возможно построить свое питание по другому принципу – домашняя еда в удовольствие всегда! Ведь готовить может каждый, просто не все об этом догадываются. Для приготовления простых и доступных блюд нудно совсем немного времени, чуть больше желания побаловать себя и своих близких и очень скоро вы сможете почувствовать себя настоящим поваром на своей домашней кухне. С этой книгой вы обязательно полюбите готовить!

НЕСКОЛЬКО ДОБРЫХ СОВЕТОВ

Никогда не начинайте готовить, не прочитав рецепта до конца. Прежде всего прочтите предварительные объяснения, а затем весь рецепт и только потом принимайтесь за дело. В процессе приготовления неоднократно заглядывайте в рецепт.

Сразу подготовьте все необходимые продукты, взвесьте, отмерьте и расположите их на столе перед собой, это значительно сэкономит ваше время.

Строго соблюдайте последовательность операций, предусмотренных в рецепте. Не спешите солить, т. к. соль существенно меняет вкус готового блюда.

Разумно используйте остатки пищевого сырья и готовой пищи. Из неиспользованных продуктов можно быстро приготовить прекрасные начинки для пирожков, салаты, винегреты, паштеты и соусы.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ…

Жаркое подгорело

Если у вас подгорело жаркое, сразу достаньте его из духовки или кастрюли и щедро, не жалея, отрежьте острым ножом пригоревшую часть. Аккуратно обжарьте в сковороде то, что еще можно использовать, и продолжайте приготовление, добавив к готовому продукту свежий. Для того чтобы такой неприятности не случилось, соблюдайте температурный режим, почаще заглядывайте в духовку, вовремя уменьшайте огонь или накрывайте мясо специальной фольгой.

Мясо не прожарилось

Если у вас не прожарилось мясо, разрежьте его на порции и разложите в один слой на противне. Поставьте его в духовку и доведите мясо до готовности при средней температуре. Чтобы блюдо при этом не пересохло, накройте его фольгой или смажьте слоем соуса.

Мясо получилось слишком жесткое

Если у вас получилось жесткое мясо, то скорее всего оно было не слишком высокого качества, или вы жарили его слишком долго при низкой температуре. Для того чтобы исправить положение, нарежьте мясо маленькими кусочками и подайте в большом количестве соуса. Можно также приготовить из него фарш или паштет.

Запеканка подгорела сверху

Если запеканка подгорела, немедленно вытащите ее из духовки. Аккуратно снимите подгоревший слой. В овощных запеканках вы можете полностью исправить ошибку, насыпав вместо срезанного слоя натертый сыр. Останется только подрумянить его в духовке.

Суп пересолен

Если вы пересолили суп можете разбавить его готовым бульоном. Если вам не хочется отдельно варить бульон, положите в готовый суп две картофелины и варите их до мягкости, затем достаньте из супа – картофель заберет лишнюю соль.

Бульон непрозрачный

Если вы забыли осветлить бульон это можно легко исправить. Добавьте в охлажденный бульон белок и доведите его до кипения. Белок свернется и заберет из бульона мельчайшие твердые частички.

Овощи переварены

Если вы переварили овощи, взбейте из них овощное пюре и приготовьте овощные оладьи или крокеты.

Готовое блюдо подгорело

Если вы в процессе приготовления блюда отвлеклись и поздно заметили, что блюдо подгорело, ни в коем случае не перемешивайте содержимое. Очень аккуратно, не касаясь нижнего слоя, выложите содержимое в чистую кастрюлю. Если блюдо уже приобрело характерный подгорелый привкус, спасти его могут только специи с интенсивным ароматом. Для овощных блюд подойдут чеснок, карри, табаско или чатни. Для сладких можно использовать корицу.

Отваливается панировка

Возможно мясо перед панировкой было слишком влажным или вы забыли крепко прижать панировку к мясу. Достаньте мясо из сковороды и счистите ножом остатки неудачной панировки. Тщательно промокните бумажным полотенцем и запанируйте заново: сначала в муке, затем во взбитом яйце и под конец окуните в панировочные сухари и крепко прижмите их к куску мяса. Затем сразу же жарьте в горячем масле.

В рецепте указан только белок

Если вам нужен только белок, а желток вы хотите сохранить для приготовления другого блюда, проткните яйцо толстой иглой с двух противоположных сторон: белок вытечет, а желток останется в скорлупе.

Белок не взбивается

Если у вас плохо взбивается белок, то возможно в посуде для взбивания были остатки жира. Белок этого не любит, и вас не получится крепкая пена. Перелейте белковую массу в чистую емкость и постарайтесь взбить еще раз. В процессе взбивания добавьте пару капель лимонного сока или щепотку соли и продолжайте взбивать до нужной вам консистенции.

Тесто плохо раскатывается

Если у вас получилось слишком вязкое тесто, и оно прилипает к разделочной поверхности при раскатывании, посыпьте мукой рабочую поверхность и скалку. Если это не помогает, положите тесто ненадолго в холодильник, а затем раскатайте его между двумя листами фольги.

Тесто разваливается при раскатывании

Если у вас получилось слишком сухое и ломкое тесто, добавьте в массу немного теплого молока или сливок и быстро промесите. Если это не помогает, положите тесто ненадолго в холодильник, а затем раскатайте его между двумя листами фольги.

Тесто получилось недосоленным

Если тесто у вас получилось недосоленным, растворите соль в небольшом количестве теплого молока или воды, влейте в тесто и хорошенько промесите.

Тесто слишком тонкое

Если у вас не получается переложить тонко раскатанное тесто на противень, посыпьте его мукой, наверните на скалку и разверните над противнем – тесто не разорвется.

Пирог получился сухим

Если ваш пирог получился сухим, значит вы пекли его дольше, чем указано в рецепте. Исправить положение может пропитка теста. Теплый пирог проткните в разных местах шпажкой и пропитайте его по своему вкусу фруктовым соком, ликером или теплой смесью из сока и вина.

Пирог подгорел

Если ваш пирог подгорел – не расстраивайтесь, это можно исправить несколькими способами. Пирог из дрожжевого или заварного теста можно накрыть слоем фольги и допекать при низкой температуре. При использовании других видов теста быстро вытащите пирог из духовки, срежьте верхний подгоревший слой. Затем взбейте белки с сахаром и обмажьте взбитой пеной поверхность пирога и поставьте ненадолго в духовку, чтобы белки подрумянились. Если же вы обнаружили подгоревший верх пирога только после того, как вынули блюдо из духовки, потрите поверхность крупной теркой. Затем посыпьте сладкий пирог сахарной пудрой, а несладкий тертым сыром.

КАШИ

Каша пшенная

Ингредиенты: *2 стакана пшена, 4 стакана воды, 3 ст. л. сливочного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

В кастрюлю влить воду, положить 1 ст. л. масла и соль. Когда вода закипит, засыпать предварительно промытое пшено и варить до загустения.

После этого кашу нужно поставить в духовой шкаф на слабый огонь на 20 минут для упревания.

В готовую кашу положить сливочное масло и размешать.

Каша пшенная молочная с изюмом

Ингредиенты: *1 стакан пшена, 3 стакана молока, 100 г изюма, 1 ст. л. сливочного масла, сахар и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

В кипящее подсоленное молоко засыпать хорошо промытое пшено и, часто помешивая, варить на слабом огне 20 минут.

Изюм залить горячей водой и оставить на 10 минут. Распаренный изюм выложить в кастрюлю с кашей, после этого всыпать сахар, размешать и поставить кашу для упревания на 15 минут. Готовую кашу заправить сливочным маслом.

Каша пшенная с творогом

Ингредиенты: *2 стакана пшена, 4 стакана воды, 100 г*

творога, 50 г сливок, 30 г сливочного масла, сахар и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Крупу тщательно вымыть в нескольких водах. Затем всыпать в подсоленную кипящую воду и варить до готовности. После этого добавить творог, сливочное масло, сливки и сахар, хорошенько размешать и поставить в духовку на 10–15 минут.

К столу подавать с молоком, простоквашей или кефиром.

Каша пшенная с тыквой

Ингредиенты: *1 стакан пшена, 3 стакана воды, 700 г тыквы, 3 ст. л. сливочного масла, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

Свежую тыкву очистить от кожи и зерен, мелко нарезать и положить в кастрюлю. Залить тыкву 3 стаканами воды и варить до готовности. Затем всыпать промытое пшено, добавить соль и, помешивая, варить еще 20 минут. Загустевшую кашу закрыть крышкой и оставить на 20 минут для упревания. В готовую кушу положить сливочное масло, сахар и подать к столу.

Каша пшенная с яблоками

Ингредиенты: *200 г пшена, 600 г молока. 200 г яблок, 50 г сливочного масла, 40 г сметаны, ванильный соус, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

Тщательно промыть крупу, залить горячим молоком и варить на слабом огне до полуготовности.

Свежие яблоки очистить, нарезать мелкими кубиками и припустить в сахарном сиропе.

В вязкую кашу добавить припущенные яблоки, растопленное сливочное масло, сметану. Массу перемешать, выложить в форму для запекания и поставить в духовку на 15 минут.

Готовую кашу по желанию можно полить ванильным соусом.

Каша манная молочная

Ингредиенты: *1 стакан манной крупы, 5 стаканов молока, 50 г сливочного масла, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

В кипящее подсоленное молоко тонкой струйкой всыпать

крупу и, непрерывно помешивая, варить на слабом огне 10–15 минут до загустения. После этого положить сахар и сливочное масло. Подавать к столу, полив вареньем или украсив дольками свежих ягод.

Каша манная с морковью

Ингредиенты: *3 ст. л. манной крупы, 1 литр молока, 500 г моркови, 2 ст. л. сливочного масла, ванильный сахар и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке и потушить на сливочном масле до готовности. В кипящее молоко тонкой струйкой всыпать манную крупу, постоянно помешивая варить 5 минут. Затем добавить морковь, соль и сахар, хорошенько размешать. Проварить еще 5 минут и подавать к столу с ванильным соусом.

Ванильный соус.

В 500 г молока всыпать пакетик ванилина, 120 г сахара, 20 г муки и варить на умеренном огне, непрерывно помешивая, до получении густой массы. Затем снять полученную массу с огня, охладить, добавить 120 г сливочного масла и продолжать вымешивать до полного охлаждения.

Каша манная сладкая с орехами

Ингредиенты: *1 стакан манной крупы, 4 стакана молока, 2 ст. л. сахара, 30 г ядер грецких орехов, 1 яйцо, 100 г сиропа или варенья, соль и ванильный сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

В молоко добавить соль, сахар, довести до кипения и, помешивая, постепенно всыпать манную крупу. Продолжая помешивать, варить кашу на слабом огне приблизительно 10 минут. Затем кашу охладить, добавить ванильный сахар и измельченные ядра грецких орехов.

Яйцо взбить в отдельной емкости до образования густой пены. В теплую кашу осторожно ввести взбитое яйцо, размешать.

Подавать к столу, полив фруктово-ягодным сиропом или вареньем.

Каша рисовая с маслом

Ингредиенты: *2 стакана риса, 4 стакана воды, 3 ст. л. сливочного масла, 1 ч. л. соли.*

Способ приготовления:

Рис промыть под проточной водой. В кастрюлю влить 4 стакана воды, положить масло и посолить. Когда вода закипит, всыпать промытый рис и варить его при тихом кипении до готовности. После этого оставить для упревания еще на 10 минут.

Готовую кашу заправить сливочным маслом и подать к столу.

Каша рисовая молочная

Ингредиенты: *1 стакан риса, 4 стакана молока, 50 г сливочного масла, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

Рис промыть, засыпать в кипящую воду и варить 8 минут, после чего выложить на дуршлаг. Как только вода стечет, переложить рис в кастрюлю с подсоленным горячим молоком и, помешивая, варить его на слабом огне 15 минут. Затем всыпать сахар, размешать, накрыть крышкой и поставить для упревания на 15 минут.

При подаче на стол положить в кашу сливочное масло.

Рис по-монастырски

Ингредиенты: *200 г риса, 2 моркови, 2 луковицы, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. томатного соуса, соль, сахар и молотый черный перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Рис хорошенько промыть, залить кипящей водой в соотношении 1:2, варить 10 минут, чтобы рис получился рассыпчатым, откинуть на дуршлаг.

В глубокой сковороде обжарить до золотистого цвета нарезанный репчатый лук с добавлением щепотки соли. Затем добавить натертую на крупной терке морковь и томатный соус. В сковороду выложить рис, перемешать, приправить солью, перцем, сушеной пряной зеленью и тушить до готовности 15 минут.

Подавать блюдо горячим.

Рисовая запеканка с шампиньонами

Ингредиенты: *500 г риса. 1 кг шампиньонов, 2 луковицы, 2*

дольки чеснока, 200 г сливок, 2 ст. л. сметаны, 3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. муки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Рис отварить до готовности. Шампиньоны обжарить на растительном масле с луком и чесноком.

Приготовить соус: отделить четвертую часть грибов, посыпать их мукой, обжарить, добавить сметану и сливки, посолить и поперчить.

Затем взять глубокую форму, выложить слоями рис и грибы, верхний слой залить соусом. Запекать в духовом шкафу 20 минут.

Рис с овощами

Ингредиенты: *1 стакан риса, 1 упаковка замороженной овощной смеси, 2 ст. л. растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

В сильно разогретую глубокую сковороду выложить замороженные овощи и чуть-чуть потушить их на растительном масле. Затем всыпать стакан хорошо промытого риса и влить 2 стакана кипятка, посолить и поперчить. Как только смесь закипит, закрыть плотно сковороду крышкой и на маленьком огне довести до готовности.

Рис со шпинатом

Ингредиенты: *150 г коричневого риса, 500 мл овощного бульона, 1 луковица, 300 г шпината (свежего или мороженого), 2 зубчика чеснока, 20 мл оливкового масла, 50 г сыра твердых сортов, соль и молотый черный перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук и чеснок очистить, мелко порезать и тушить в оливковом масле в сотейнике в течение 8 минут. Затем добавить промытый рис, влить кипящий бульон, посолить и готовить 20 минут. Шпинат потушить отдельно в небольшом количестве воды. После чего воду слить, шпинат крупно нарезать, смешать с рисом, посолить, поперчить и тушить под крышкой еще 10 минут. Подавать на стол, посыпав тертым сыром.

Каша из кукурузной крупы

Ингредиенты: *1 стакан кукурузной крупы, 1 стакан воды, 2 стакана молока, 2 ст. л. масла, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

В кипящую подсоленную воду всыпать, помешивая, просеянную крупу и варить на слабом огне 10 минут. Затем влить кипящее молоко и продолжать варку на слабом огне еще 15 минут.

К каше подать сливочное масло и сахарный песок.

Каша кукурузная с ревенем

Ингредиенты: *1 стакан кукурузной крупы, 1 стакан воды, 2 стакана молока, 200 г ревеня, 2 ст. л. масла, ванилин, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

В кипящую подсоленную воду всыпать, помешивая, просеянную крупу и варить на слабом огне 10 минут. Затем влить кипящее молоко и продолжать варку на слабом огне еще 15 минут. Ревень мелко порезать, сварить до готовности в небольшом количестве воды, затем протереть сквозь сито. В вязкую кашу выложить ревень, всыпать сахар, ванилин и проварить все вместе 3 минуты.

Каша кукурузная по-закарпатски

Ингредиенты: *500 г кукурузной муки, 500 г сметаны, 1 яйцо (желток), 1 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. сахара.*

Способ приготовления:

В кипящую сметану всыпать кукурузную муку и варить на слабом огне 15–20 минут. Затем вбить один желток, положить масло и всыпать сахар. Хорошенько размешать и подать к столу с брынзой или сыром.

Каша кукурузная по-грузински

Ингредиенты: *800 г белой кукурузной крупы, 100 г кукурузной муки, 200 г сыра сулугуни, соль по вкусу.*

Кукурузную муку просеять через сито. Крупу промыть, залить водой, довести до кипения и варить на слабом огне. Затем всыпать кукурузную муку, быстро размешать деревянной лопаткой, посолить, накрыть крышкой и варить еще 10 минут.

Сыр нарезать тонкими ломтиками и за 5 минут до готовности выложить в кашу, тщательно перемешать.

Подавать к столу деревянной лопаткой, смоченной в холодной воде.

Каша овсяная «Утренняя»

Ингредиенты: *5 ст. л. овсяных хлопьев «Геркулес», 1 стакан ряженки, изюм, нарезанные курага и чернослив – по 2 ст. л., 50 г сливочного масла, сахар и мед по вкусу.*

Способ приготовления:

Овсяные хлопья смешать с изюмом и сухофруктами, залить ряженкой (можно использовать йогурт без добавок, кефир или молоко), оставить на ночь. Утром разложить по тарелкам, добавить сахар, мед и сливочное масло.

Каша овсяная с апельсинами

Ингредиенты: *150 г овсяных хлопьев «Геркулес», 400 мл клюквенного сока, 100 мл сливок, 50 г сахара, 2 апельсина.*

Способ приготовления:

Соединить в кастрюле овсяные хлопья с клюквенным соком, сахаром и тертой апельсиновой цедрой. Довести до кипения и варить 7 минут, интенсивно помешивая, добавить сливки и варить еще 3 минуты. Готовую кашу разложить по тарелкам и украсить очищенными апельсиновыми дольками.

Каша овсяная с бананами и корицей

Ингредиенты: *1 стакан овсяных хлопьев, 2 стакана воды, 0,5 стакана сливок, 50 г сливочного масла, 2 банана, щепотка корицы, 1 ст. л. ванильного сахара.*

Способ приготовления:

Смешать овсяные хлопья, воду и сварить кашу. Бананы нарезать дольками и измельчить в пюре. Банановое пюре выложить в готовую кашу, добавить сливки, сахар и проварить вместе 3 минуты.

Подавать к столу посыпав корицей.

Каша гречневая с маслом

Ингредиенты: *2 стакана гречневой крупы, 3 стакана воды, 1 ч. л. соли, 2 ст. л. сливочного масла.*

Способ приготовления:

В кастрюлю влить воду, посолить. В кипящую воду всыпать гречневую крупу, закрыть крышкой и варить до готовности 15–20 минут. Если вы хотите получить рассыпчатую кашу, то мешать в процессе варки кашу не следует.

Перед подачей на стол в кашу положить сливочное масло.

В готовую гречневую кашу при желании можно добавить сваренные вкрутую и нарезанные тонкими ломтиками яйца.

Каша гречневая со шпиком и луком

Ингредиенты: *2 стакана гречневой крупы, 3 стакана бульона или воды, 100 г шпика, 2 луковицы, 2 ст. л. сливочного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

В кастрюлю влить воду, посолить. В кипящую воду всыпать гречневую крупу, закрыть крышкой и варить до готовности 15–20 минут.

Шпик нарезать тонкими пластинками, а затем соломкой, положить в сковороду и слегка нагреть.

Когда шпик начнет плавиться, добавить тонко нарезанный кольцами репчатый лук и, помешивая, обжарить шпик и лук до светло-золотистого цвета.

Готовую кашу перед подачей к столу смешать с обжаренным шпиком и луком и заправить сливочным маслом.

Каша гречневая по-деревенски

Ингредиенты: *50 г сушеных грибов, 300 г свежих грибов, 400 г гречневой крупы, 2 луковицы, 100 г сливочного масла, соли и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сухие грибы перемолоть в кофемолке, добавить в воду в которой будет вариться гречка. Крупу вымыть, засыпать в грибной бульон и варить до готовности, пока весь бульон не выпарится. Затем обжарить лук со свежими грибами на сливочном масле, посолить. Обжаренные лук и грибы соединить с готовой кашей, перемешать, посолить и поперчить.

Это кушанье легко и быстро готовится, а главное, оно может выступать и как отдельное блюдо, и как необыкновенно вкусный

гарнир.

Каша гречневая «Богатырь»

Ингредиенты: *1 стакан гречневой крупы. 200 г копченой свинины, 3 яйца, 2 луковицы, 1 ст. л. томатной пасты, 50 г сливочного масла, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Гречневую крупу перебрать, промыть, поджарить на сковороде, залить 3 стаканами кипятка и сварить кашу. Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжарить с мелко нарезанным луком и томатом. Выложить мясо в кашу, туда же порубить сваренные вкрутую яйца и перемешать.

Каша гречневая с отрубями

Ингредиенты: *1 стакан гречневой крупы, 2 стакана воды, 40 г отрубей, 30 мл оливкового масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

В кипящую воду всыпать промытую гречневую крупу и варить кашу до готовности. Отруби поджарить на оливковом масле. Готовую кашу выложить в жаропрочную форму, добавить поджаренные отруби, посолить, хорошенько размешать и поставить в печь на 10 минут.

Каша гречневая пуховая

Ингредиенты: *2 стакана гречневой крупы, 2 яйца, 4 стакана молока, 3 ст. л. сливочного масла, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

Крупу перетереть со взбитыми яйцами, рассыпать на противне и высушить в прогретой духовке. Затем залить молоком и варить до полного его выпаривания. Когда каша будет готова добавить соль, сахар, сливочное масло и протереть через сито. Разложить по тарелкам и залить ванильным соусом.

Ванильный соус

В 500 г молока всыпать пакетик ванилина, 120 г сахара, 20 г муки и варить на умеренном огне, непрерывно помешивая, до получении густой массы. Затем снять полученную массу с огня, охладить, добавить 120 г сливочного масла и продолжать вымешивать до полного охлаждения.

Каша гречневая с топинамбуром

Ингредиенты: *330 г гречневой крупы, 80 г топинамбура, 600 мл воды, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Топинамбур очистить, натереть на терке, залить водой и оставить на один час. Затем воду посолить и варить топинамбур 7 минут после закипания. После этого всыпать гречневую крупу и варить на слабом огне 12–15 минут, пока вся вода не выкипит. Снять с огня и оставить кашу для упревания еще на 10 минут.

При подаче на стол добавить сливочное масло.

Крупеник из гречневой каши

Ингредиенты: *300 г готовой гречневой каши, 200 г творога, 100 г сметаны, 2 яйца, 2 ст. л. сливочного масла, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

В горячую рассыпчатую гречневую кашу положить творог, протертый сквозь сито, яйца, соль и сахар. Всю эту массу хорошо перемешать, выложить в форму, предварительно смазанную маслом и посыпанную сухарями. Полученную массу разровнять и сверху смазать сметаной. Форму поставить в горячую духовку на 20 минут.

Перед подачей на стол полить крупеник растопленным сливочным маслом.

Каша перловая молочная

Ингредиенты: *1 стакан перловой крупы, 4 стакана молока, 2 ст. л. сливочного масла, соль и сахар по вкусу.*

Способ приготовления:

Промытую перловую крупу засыпать в кипящую воду и варить 10–15 минут. После этого крупу откинуть на дуршлаг. Когда вода стечет, переложить крупу в кастрюлю с горячим подсоленным молоком.

Периодически помешивая, варить на слабом огне 15–20 минут до загустения.

Затем добавить сахар, размешать, закрыть посуду крышкой и поставить на 5 минут в духовой шкаф. Перед подачей на стол в кашу положить сливочное масло.

Каша перловая с мясом кролика

Ингредиенты: 200 г перловой крупы, 200 г мяса кролика, 1 луковица, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Перловую крупу замочить в холодной воде на 2–3 часа, несколько раз промыть, всыпать в кипящую воду, посолить и варить до загустения, периодически помешивая. Мясо кролика тщательно промыть, нарезать маленькими кусочками и потушить с очищенным и измельченным луком до готовности. Смешать готовую кашу с мясом кролика и луком, добавить сливочное масло и подать к столу.

Перловая каша с кабачками

Ингредиенты: *200 г перловой крупы, 1 кабачок, 1 луковица, 2 помидора, 4 ст. л. растительного масла, мелкорубленая зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Перловую крупу замочить в холодной воде на 1,5 часа, несколько раз промыть, всыпать в кипящую воду, посолить и варить до готовности. Кабачки очистить, нарезать кубиками, лук нарезать кольцами. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы и нарезать дольками. Овощи потушить на растительном масле, смешать с кашей, посолить, поперчить и проварить еще 7 минут. Перед подачей посыпать кашу мелкорубленой зеленью.

Перловая каша со свеклой

Ингредиенты: *200 г перловой крупы, 1 свекла, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 4 ст. л. растительного масла, мелкорубленая зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Перловую крупу замочить в холодной воде на 1,5 часа, несколько раз промыть, всыпать в кипящую воду, посолить и варить до готовности. Свеклу натереть на крупной терке, лук мелко порезать и обжарить на растительном масле. Кашу смешать со свеклой и луком, добавить растертый с солью чеснок и потушить 5 минут.

Перед подачей посыпать кашу мелкорубленой зеленью.

Перловая каша с сухофруктами

Ингредиенты: *200 г перловой крупы, 200 г сухофруктов, цедра одного лимона, цедра одного апельсина, 1 литр воды, 30 г сливочного масла, соль, сахар и корица по вкусу.*

Способ приготовления:

Перловую крупу замочить в холодной воде на 1,5 часа, несколько раз промыть, всыпать в кипящую воду, посолить и варить до полуготовности. Сухофрукты замочить в горячей воде на 20 минут. Затем воду слить, фрукты мелко нарезать и положить в горячую кашу, хорошенько размешать, добавить цедру лимона и апельсина. Проварить все вместе 10 минут, добавить сахар, корицу и сливочное масло.

Готовую кашу подавать с холодным молоком.

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Омлет с соленым сыром

Ингредиенты: *150 г соленого сыра (брынза, адыгейский, моцарелла), 2 помидора, 2 зубчика чеснока, 6 яиц, 100 г сливочного масла, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени базилика, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Спелые помидоры вымыть, удалить плодоножки и нарезать тонкими дольками. Сыр измельчить, чеснок натереть на мелкой терке. Яйца разбить в глубокую миску, взбить венчиком, посолить, посыпать черным молотым перцем. В широкой сковороде разогреть сливочное масло, влить в нее половину яичной массы и поджарить на слабом огне.

Готовый омлет выложить на тарелку, сверху положить дольки помидоров, чеснок и сыр. Затем поджарить вторую половину яичной массы и положить поверх слоя сыра и помидоров.

Готовое блюдо посыпать мелкорубленой зеленью базилика.

Омлет с творогом

Ингредиенты: *400 г творога, 3 яйца, 4 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 3–4 столовые ложки сахарной пудры, 1/2 чайной ложки соли.*

Способ приготовления:

Творог размять, перемешать с растертыми яичными желтками, добавить муку, соль и тщательно все перемешать. В отдельной посуде взбить яичные белки и осторожно подмешать к творожной массе. В широкой сковороде растопить сливочное масло и обжарить в нем омлет с двух сторон. Затем двумя

вилками разделить его на небольшие кусочки и поджарить их до образования румяной корочки.

Готовый омлет посыпать сахарной пудрой и подать на стол в горячем виде.

Омлет с брынзой и чесноком

Ингредиенты: *4 яйца, 100 мл молока, 100 г тертой брынзы, 4 столовые ложки растительного масла, 5 зубчиков чеснока, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени укропа и петрушки, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Чеснок очистить и измельчить. Яйца взбить с молоком, смешать с чесночной кашицей, зеленью и красным молотым перцем. В широкой сковороде разогреть растительное масло и влить в нее молочно-яичную смесь. Когда омлет немного загустеет, посыпать его тертой брынзой и при необходимости посолить.

Омлет с помидорами

Ингредиенты: *2 помидора, 4 яйца, 3 столовые ложки растительного масла, 100 мл молока, 100 г тертой брынзы, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени укропа и петрушки, пшеничная мука, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, обдать крутым кипятком и снять кожицу. Затем нарезать их толстыми кружками и обвалять в пшеничной муке. В широкой сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем помидоры. В отдельной посуде взбить яйца с молоком, посолить и посыпать смесь красным молотым перцем и зеленью. Затем влить яично-молочную смесь в сковороду с обжаренными помидорами. Когда омлет загустеет, посыпать его тертой брынзой и накрыть крышкой, чтобы сыр слегка расплавился.

Омлет с баклажанами

Ингредиенты: *2 баклажана, 4 яйца, 3 столовые ложки растительного масла, 100 мл молока, 100 г тертой брынзы, 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени укропа и*

петрушки, пшеничная мука, соль и красный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, удалить плодоножки и нарезать кружочками толщиной не более 1 см. Затем обвалять овощи в муке и обжарить в растительном масле с двух сторон до светло-золотистого цвета. Чеснок очистить и измельчить. Яйца взбить с молоком и перемешать с чесночной кашицей, красным молотым перцем и зеленью. Подготовленную яично-молочную смесь влить в сковороду с обжаренными баклажанами. Когда омлет загустеет, посыпать его тертой брынзой и при необходимости посолить.

Омлет с картофелем

Ингредиенты: *2 клубня картофеля, 4 яйца, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 100 мл молока, 100 г тертой брынзы, 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени укропа и петрушки, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель очистить, вымыть и нарезать ломтиками. Лук измельчить. В широкой сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем картофель вместе с луком, приправив по вкусу солью и молотым красным перцем. Чеснок очистить и измельчить. В отдельной посуде взбить яйца с молоком и соединить с чесночной кашицей и мелкорубленой зеленью. Подготовленную молочно-яичную смесь влить в сковороду с луком и картофелем. Когда омлет немного загустеет, посыпать его тертой брынзой и накрыть сковороду крышкой, чтобы сыр слегка расплавился.

Омлет со сливками и сметаной

Ингредиенты: *4 яйца, 200 мл сливок, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, 1/2 ста кана кукурузной муки, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

В глубокую миску влить яйца и смешать их со сливками и сметаной. Затем частями добавить кукурузную муку, массу тщательно взбить и посолить по вкусу. В широкой сковороде разогреть сливочное масло, влить в нее смесь и жарить под крышкой до загустения. Готовый омлет подать на стол в

сковороде, посыпав мелкорубленой зеленью петрушки.

Омлет с ветчиной, сыром и зеленью

Ингредиенты: *4 яйца, 100 г ветчины, 100 г сыра, 100 мл молока, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана пшеничной муки, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца разбить в неглубокую кастрюлю и хорошо взбить венчиком. В молоко всыпать муку и перемешать до исчезновения комочков. Добавить эту смесь в яйца, посолить, поперчить. Положить в яичную массу мелко нарубленные петрушку, укроп и зеленый лук.

Смазать маслом дно и стенки формы, влить в нее яичную смесь с зеленью и луком. Запекать в духовке 15 минут или микроволновой печи при полной мощности 2,5 минуты, затем дать постоять, чтобы омлет загустел.

Разрезать омлет на 2 половины и перевернуть так, чтобы зелень оказалась внизу. На каждую половину выложить по 1 ломтику сыра и ветчины и поставить в печь. Прогревать при полной мощности 30–40 секунд.

Яичница с ветчиной и зеленым горошком

Ингредиенты: *4 яйца, 60 г ветчины, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ветчину нарезать небольшими кусочками. Зелень петрушки тщательно вымыть и измельчить. Прогретую посуду смазать сливочным маслом. Поместить в нее ветчину, аккуратно вбить яйца, проколоть желтки. Сверху положить зеленый горошек и посыпать зеленью петрушки. Посолить, поперчить и поместить в духовку на 15–20 минут.

Яичница с брынзой и свиным салом

Ингредиенты: *2 яйца, 70 г свиного шпика, 250 г брынзы, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени укропа и петрушки, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Брынзу нарезать кубиками 1Х1 см и обдать крутым кипятком. Свиной шпик измельчить, положить в широкую сковороду и вытопить сало. В отдельной посуде взбить яйца, перемешать их с брынзой и влить смесь в сковороду со свиным шпиком. Когда яичница будет готова, приправить блюдо солью, молотым красным перцем и посыпать зе ленью.

Яичница с кукурузой

Ингредиенты: *4 яйца, 60 г буженины, 3 ст. л. консервированной кукурузы, 2 ст. л. сливочного масла, мелкорубленая зелень укропа и петрушки, соль и молотый черный перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Буженину нарезать тонкими кусочками. В широкой сковороде разогреть сливочное масло, обжарить на нем буженину, аккуратно вбить яйца, проколоть желтки. Сверху положить кукурузу и посыпать зеленью. Посолить, поперчить, накрыть сковороду крышкой.

Готовое блюдо подать на стол, украсив дольками помидора и огурца.

Яичница-болтунья с беконом и грибами

Ингредиенты: *8 яиц, 40 г бекона, 30 г свежих грибов, 3 столовые ложки сливочного масла, 1/2 стакана сливок, зелень петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы и бекон мелко нарезать. Яйца разбить в посуду с невысокими стенками, влить сливки, добавить сливочное масло, грибы, бекон, соль и перец. Перемешать и поместить в духовку на 15 минут, время от времени перемешивая. Дать блюду некоторое время постоять, затем посыпать его мелко нарезанной зеленью петрушки.

Яичница с вермишелью и сладким перцем

Ингредиенты: *4 яйца, 100 г отварной вермишели, 1 сладкий болгарский перец, 100 г сыра твердых сортов, 30 г шпика, 1 ст. л. зелени укропа, молотый черный перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сладкий перец нарезать тонкими полосками и обжарить на сковороде вместе со шпиком. Затем добавить соль, молотый перец, немного воды и поставить в духовку. Потушить под крышкой 5 минут, добавить вермишель.

Разбить в отдельную посуду яйца, всыпать зелень укропа и хорошенько взбить, посолить.

Сыр натереть на крупной терке или мелко нарезать, добавить в яичную смесь. Залить получившейся массой вермишель со сладким перцем и шпиком и поставить в духовку на 10 минут.

Готовое блюдо подать на стол, посыпав мелкорубленой зеленью.

Закуска из яиц и зеленого лука

Ингредиенты: *6 яиц, сваренных вкрутую, 1 пучок зеленого лука, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить, нарубить. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Яйца смешать с луком, посолить, поперчить, выложить на блюдо, полить майонезом и подать к столу.

Закуска из яиц и шпината

Ингредиенты: *6 яиц, сваренных вкрутую, 500 г листьев молодого шпината, 100 г майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарезать кружочками. Листья шпината вымыть, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, остудить, затем крупно нарезать, смешать с яйцами, выложить на блюдо, полить майонезом и подать к столу.

Закуска из яиц и зеленого салата

Ингредиенты: *6 яиц, сваренных вкрутую, 300 г листьев зеленого салата, 4 столовые ложки майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарубить. Листья салата вымыть, крупно нарезать, смешать с яйцами, посолить, поперчить, выложить на блюдо, полить майонезом и подать к столу.

Закуска из яиц и зелени

Ингредиенты: *5–6 яиц, сваренных вкрутую, 1 пучок зелени укропа и 1 пучок зелени петрушки, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 3 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить, мелко нарубить. Зелень петрушки и укропа вымыть, мелко нарезать и сбрызнуть уксусом. Яйца перемешать с зеленью петрушки и укропа, посолить, поперчить, выложить на блюдо, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из яиц и щавеля

Ингредиенты: *10 яиц, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, 1 столовая ложка горчицы, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок щавеля, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарезать дольками. Зелень вымыть и нарезать. Майонез смешать с горчицей, посолить, поперчить и перемешать. Нарезанные яйца выложить на блюдо, посыпать зеленью, полить приготовленным соусом и подать к столу.

Закуска из яиц в сметанном соусе

Ингредиенты: *4 яйца, сваренных вкрутую, 100 г сметаны, 1 чайная ложка горчицы, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить, отделить белки от желтков. Белки нарубить. Желтки растереть с солью и горчицей, добавить сметану. Зелень укропа вымыть. Рубленые белки выложить на блюдо, полить приготовленным соусом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Яйца в томатном соусе

Ингредиенты: *10–12 яиц, сваренных вкрутую, 100 г томатной пасты, 1 луковица, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 4–5 веточек зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нашинковать. Томатную пасту

посолить, поперчить, выложить в кастрюлю, добавить уксус и лук, варить в течение 3 минут на слабом огне, затем остудить. Яйца очистить, выложить на блюдо, полить приготовленным соусом, оформить веточками укропа и подать к столу.

Закуска «Аппетитная»

Ингредиенты: *3–4 яйца, сваренных вкрутую, 4 ломтика белого хлеба, 3 столовые ложки зернистой икры, 30 г сливочного масла, зеленый лук.*

Способ приготовления:

Яйца очистить, нарезать кружочками. Ломтики хлеба намазать маслом, положить на них 2–3 кружочка яйца и немного икры. Готовую закуску украсить перьями зеленого лука.

Яйца, фаршированные зеленым горошком

Ингредиенты: *8 яиц, сваренных вкрутую, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Яйца очистить, срезать острые концы, вынуть желтки. Желтки растереть, посолить, поперчить, добавить зеленый горошек, зелень петрушки, майонез и перемешать. Нафаршировать подготовленной смесью яйца, выложить их на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и подать к столу.

Закуска из яиц и помидоров

Ингредиенты: *5–6 яиц, сваренных вкрутую, 4 помидора, 1 луковица, 100 г тертого сыра, 50 мл растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Яйца очистить и нарезать кружочками. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Зелень укропа вымыть. Яйца и помидоры выложить на блюдо, украсить кольцами лука и веточками укропа, посолить, поперчить, полить растительным маслом и подать к столу.

Закуска «Грибочки»

Ингредиенты: *10 яиц, 5 помидоров, пучок зеленого салата, 3 столовые ложки майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить, срезать с одного конца. Помидоры вымыть и разрезать пополам. Зеленый салат вымыть. Тарелку выстлать листьями салата. Сверху поставить яйца острой стороной вверх. На них положить половин ки помидоров. Сверху помидоры украсить майонезом и посолить.

Закуска из яиц и болгарского перца

Ингредиенты: *8–10 яиц, сваренных вкрутую, 3–4 болгарских перца, 200 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить, нарезать дольками и выложить на блюдо. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать соломкой. Зелень петрушки вымыть.

Перец выложить на дольки яиц, посолить, поперчить, полить майонезом, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска «Кораблики»

Ингредиенты: *6 яиц, сваренных вкрутую, 2 малосольных огурца, 1 болгарский перец, 50 г майонеза, 1 чайная ложка горчицы, зеленый лук, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать тонкими кольцами. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Малосольные огурцы измельчить. Яйца очистить, разрезать пополам, вынуть желтки и растереть их с майонезом. Добавить огурцы, горчицу, зеленый лук, посолить, поперчить и перемешать. Полученной массой заполнить половинки яиц. Зелень петрушки вымыть. Готовую закуску украсить кольцами болгарского перца, веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из яиц и сыра

Ингредиенты: *8 яиц, сваренных вкрутую, 2 помидора, 1 луковица, 200 г тертого сыра, 3 столовые ложки сметаны, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки,*

мускатный орех, паприка, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нашинковать. Помидоры вымыть, мелко нарезать и обжарить в разогретом масле вместе с луком. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Затем добавить нарезанную петрушку, паприку и соль, перемешать и тушить еще 5 минут. Яйца очистить, разрезать пополам и вынуть желтки. Желтки растереть, добавить сыр, сметану и мускатный орех. Полученной массой начинить половинки яиц. Противень смазать маслом, полить приготовленным соусом, выложить фаршированные половинки яиц и запекать в течение 10 минут в разогретой духовке. Перед подачей к столу украсить веточками петрушки.

Закуска из яиц и редьки

Ингредиенты: *8 яиц, сваренных вкрутую, 1 редька, 1–2 луковицы, 100 г сметаны, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами и сбрызнуть уксусом. Редьку вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Яйца очистить, нарезать кружочками и выложить на блюдо, сверху положить редьку, кольца лука, посолить, поперчить, полить сметаной, посыпать нарезанной зеленью и подать к столу.

Закуска из яиц и тертого хрена

Ингредиенты: *5 яиц, сваренных вкрутую, 100 г корней хрена, 4 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Корень хрена вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и нарубить. Яйца очистить, мелко нарезать, смешать с тертым хреном, добавить зелень укропа, соль, заправить сметаной, выложить на блюдо и подать к столу.

Яйца, фаршированные грибами и зеленью

Ингредиенты: *8 яиц, сваренных вкрутую, 100 г грибов, 50 г сливочного масла, 50 г майонеза, 50 г сметаны, 1 пучок зеленого*

лука, зелень укропа и петрушки, листья салата, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Грибы промыть, очистить, отварить в кипящей подсоленной воде, затем мелко нарезать и посолить. Зеленый лук, листья салата, зелень петрушки и укропа вымыть и нарезать. Яйца очистить, разрезать вдоль, вынуть желтки, смешать их с грибами, рубленой зеленью, перцем, майонезом и размягченным сливочным маслом. Нафаршировать этой смесью яичные белки. Фаршированные половинки яиц выложить на листья салата, полить сметаной, посыпать нарезанным укропом и подать к столу.

Закуска из яиц и творога

Ингредиенты: *6 яиц, сваренных вкрутую, 100 г творога, 50 г сливочного масла, 1 пучок зеленого лука, зелень базилика и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Укроп, базилик и зеленый лук вымыть. Яйца очистить, разрезать пополам, желтки вынуть. Желтки растереть с творогом и маслом, добавить перец, соль и мелко нарезанную зелень укропа. Полученной массой нафаршировать яйца, украсить зеленью базилика, перьями зеленого лука и подать к столу.

Закуска из яиц и копченого окорока

Ингредиенты: *10–12 яиц, сваренных вкрутую, 150 г копченого окорока, 150 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Окорок мелко нарезать и смешать с майонезом. Зелень петрушки вымыть. Яйца очистить, нарезать кружочками, посолить и выложить на блюдо. Сверху положить окорок, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из яиц и икры

Ингредиенты: *8 яиц, сваренных вкрутую, 50 г красной икры, 4 столовые ложки майонеза, зеленый лук, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый лук и зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Яйца разрезать пополам, вынуть желтки, растереть их с майонезом, солью и перцем, добавить зелень и перемешать. Полученной массой наполнить яичные белки, сверху положить немного икры, украсить перьями зеленого лука и подать к столу.

Яйца, фаршированные мясом курицы

Ингредиенты: *10 яиц, сваренных вкрутую, 150 г отварного мяса курицы, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Репчатый лук очистить, вымыть и измельчить. Зеленый лук вымыть и нарубить. Яйца очистить, разрезать вдоль пополам, вынуть желтки и измельчить их.

Мясо курицы пропустить через мясорубку, смешать с репчатым луком, желтками, майонезом, посолить и поперчить. Наполнить приготовленным фаршем половинки яиц, выложить на блюдо, украсить зеленым луком и подать к столу.

Закуска из яиц и ветчины

Ингредиенты: *6 яиц, сваренных вкрутую, 300 г вареной ветчины, 100 г майонеза, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок зелени петрушки, 2 помидора, 2 огурца, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить, разрезать вдоль на половинки и посолить. Ветчину нарезать тонкими ломтиками размером чуть больше яиц. Зеленый салат вымыть и выложить на блюдо. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Огурцы и помидоры вымыть и нарезать дольками. Ломтиками ветчины обернуть половинки яиц, выложить на листья салата, полить майонезом, посыпать зеленью петрушки, оформить дольками помидоров и огурцов и подать к столу.

Закуска «Мухоморы»

Ингредиенты: *3 яйца, сваренных вкрутую, 3 помидора, 3 соленых огурца, 100 г ветчины, 100 г тертого сыра, 100 г майонеза, 1 пучок зеленого лука, листья зеленого салата, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить, разрезать пополам и вынуть желтки. Листья салата и зелень вымыть, лук очистить и вымыть. Ветчину, огурцы, яичные желтки и лук мелко нарезать, добавить соль, перец, майонез и перемешать. Полученной массой наполнить половинки белков и соединить их. Помидоры вымыть, разрезать поперек, удалить сердцевину и накрыть яйца. Готовую закуску выложить на листья салата, посыпать тертым сыром и мелко нарезанной зеленью и подать к столу.

Яйца, фаршированные соленой сельдью

Ингредиенты: *5–6 яиц, сваренных вкрутую, 200 г филе соленой сельди, 1 вареная морковь, 100 г сливочного масла, 2 столовые ложки горчицы, 1 пучок зелени укропа.*

Способ приготовления:

Филе сельди мелко нарезать. Морковь очистить и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть. Яйца очистить, разрезать пополам, вынуть желтки и растереть их с филе сельди, горчицей и сливочным маслом. Полученной массой наполнить яичные белки, украсить кружочками моркови, веточками укропа и подать к столу.

Яйца, фаршированные яблоками

Ингредиенты: *10 яиц, сваренных вкрутую, 2–3 яблока, 100 г майонеза, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, мелко нарезать и сбрызнуть лимонным соком. Зелень петрушки вы мыть. Яйца очистить, разрезать пополам вдоль, вынуть желтки и измельчить их. Яблоки смешать с желтками, посолить, по перчить, заправить майонезом, наполнить этой смесью половинки яиц, выложить их на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Яйца с яблоками и лимоном

Ингредиенты: *6 яиц, 2 яблока, 3 столовые ложки майонеза, 1 лимон, 1 пучок зелени укропа, черный молотый перец и соль по*

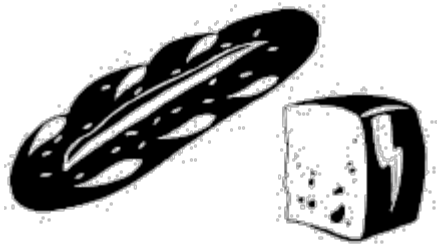
вкусу.

Способ приготовления:

Лимон вымыть, разрезать пополам, из одной половинки выжать сок, а вторую нарезать тонкими ломтиками. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать тонкой соломкой и сбрызнуть лимонным соком. Яйца сварить, очистить и натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и измельчить.

К яйцам добавить зелень, яблоки, посолить, поперчить и заправить майонезом. Украсить ломтиками лимона.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ



Горячие бутерброды с брынзой и помидорами

Ингредиенты: *5–6 ломтиков ржаного хлеба, 100 г брынзы, 2 помидора, 2 столовые ложки растительного масла, 50 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Брынзу натереть на крупной терке. Помидоры вымыть, удалить плодоножки и нарезать кружочками. Ломтики хлеба обжарить на сковороде в растительном масле. На приготовленные гренки положить кружочки помидоров и тертую брынзу. Сверху положить небольшой кусочек сливочного масла.

Бутерброды выложить на противень и запечь в умеренно разогретой духовке до образования румяной корочки и подать к столу.

Бутерброды с плавленым сыром и помидорами

Ингредиенты: *4 ломтика ржаного хлеба, 2 помидора, 150 г плавленого сыра, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка кетчупа, 1 столовая ложка рубленого зеленого лука.*

Способ приготовления:

Плавленый сыр натереть на крупной терке и смешать с кетчупом. Помидоры вымыть, удалить плодоножки и нарезать кружочками. Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, сверху положить тертый сыр и кружки помидора. Бутерброды поставить в разогретую духовку на 4–5 минут, затем украсить зеленым луком и подать к столу.

Горячие бутерброды «Утренние»

Ингредиенты: *4 ломтика ржаного хлеба, 100 г брынзы, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Брынзу пропустить несколько раз через мясорубку и взбить с размягченным сливочным маслом. В полученную смесь добавить молотый перец. Веточки петрушки вымыть. Ломтики хлеба смазать паштетом из брынзы, выложить на противень и поставить в разогретую духовку на 4–5 минут. Готовые бутерброды украсить веточками петрушки и подать к столу.

Горячие бутерброды с сыром

Ингредиенты: *3–4 ломтика ржаного хлеба, 100 г тертого сыра, 1 столовая ложка кетчупа, 1 столовая ложка растительного масла.*

Способ приготовления:

Ломтики хлеба обжарить с одной стороны в растительном масле, перевернуть, смазать обжаренную сторону кетчупом, посыпать тертым сыром. Накрыть сковороду крышкой, убавить огонь до минимума и жарить бутерброды в течение 2–3 минут, после чего подать к столу.

Горячие бутерброды с колбасой и сыром

Ингредиенты: *5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 50 г тертого сыра, 100 г вареной колбасы.*

Способ приготовления:

Ломтики хлеба смазать маслом, сверху положить кружочки колбасы, посыпать тертым сыром. Бутерброды выложить на противень и запекать в разогретой до 180 °С духовке в течение 3–5 минут, после чего подать к столу.

Горячие бутерброды с сыром и чесноком

Ингредиенты: *3–4 ломтика ржаного хлеба, 100 г сыра, 2 дольки чеснока, 50 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать ломтиками. Чеснок очистить, вымыть и нарубить. Ломтики хлеба обжарить с одной стороны в разогретом

сливочном масле, перевернуть, положить на каждый ломтик хлеба по ломтику сыра. Накрыть сковороду крышкой и жарить еще 2–3 минуты. Выложить горячие бутерброды на тарелку, посыпать чесноком и подать к столу.

Горячие бутерброды с сыром и яблоками

Ингредиенты: *5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 100 г сыра, 2 яблока, 50 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать ломтиками. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать тонкими ломтиками. Ломтики хлеба смазать маслом, сверху выложить ломтики яблок, а на них – сыр. Бутерброды выложить на противень, запекать в умеренно разогретой духовке в течение 5–7 минут и подать к столу горячими.

Горячие бутерброды с луком и сыром

Ингредиенты: *5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 1 луковица, 100 г сыра, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Сыр натереть на крупной терке. Ломтики хлеба обжарить с обеих сторон в сливочном масле, положить сверху лук, посыпать тертым сыром и подать к столу.

Горячие бутерброды с морковью и зеленым горошком

Ингредиенты: *6 ломтиков ржаного хлеба, 1/2 пучка зеленого лука, 1 морковь, 70 г консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка томатной пасты, 50 г сливочного масла, 6 веточек петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый лук и петрушку вымыть, обсушить, лук мелко нарубить. Морковь вымыть, очистить и натереть на мелкой терке. Ломтики хлеба смазать сливочным маслом. Зеленый лук, морковь и горошек смешать, добавить томатную пасту, посолить и выложить полученную массу на ломтики хлеба. Бутерброды

выложить на противень, поставить в разогретую духовку на 4–5 минут, затем украсить веточками петрушки и подать к столу.

Горячие бутерброды с маринованными огурцами

Ингредиенты: *6 ломтиков пшеничного хлеба, 100 г маринованных огурцов, 1/2 пучка зеленого лука, 1 столовая ложка растительного масла, 1 зубчик чеснока, 1 морковь, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Чеснок очистить, вымыть и растолочь с солью. Морковь очистить, вымыть, отварить в подсоленной воде и нарезать кружочками. Огурцы нарезать кружочками. Лук вымыть, обсушить и мелко нарубить, добавить к огурцам, заправить растительным маслом с чесноком. Полученную смесь тщательно перемешать, выложить на ломтики хлеба и поместить их в разогретую духовку на 3–4 минуты.

Готовые бутерброды украсить кружочками вареной моркови и подать к столу.

Горячие бутерброды «Дачные»

Ингредиенты: *6 ломтиков пшеничного хлеба, 50 г вареной колбасы, 50 г тертого сыра, 1 яйцо, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, 3 столовые ложки майонеза.*

Способ приготовления:

Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и нарубить. Колбасу мелко нарезать, смешать с тертым сыром, яйцом, нарубленной зеленью укропа и майонезом. Полученную смесь выложить на ломтики хлеба. Бутерброды выложить на противень и запекать в разогретой до 180 °С духовке в течение 3–5 минут.

ГРЕНКИ

Гренки острые

Ингредиенты: *5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 1 стакан тертого твердого сыра, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ломтики хлеба с обеих сторон обжарить в небольшом количестве сливочного масла. Сыр смешать с томатной пастой, яйцами, оставшимся сливочным маслом и красным перцем. Полученной массой с обеих сторон смазать ломтики хлеба, положить их на противень и запечь в духовом шкафу или обжарить с обеих сторон на сковороде.

Гренки подать к зеленым щам или гороховому супу. По желанию можно приготовить их без томатной пасты.

Гренки с сыром

Ингредиенты: *5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки тертого сыра, зелень петрушки.*

Способ приготовления:

Хлеб нарезать ломтиками и удалить корку. Обжарить их с обеих сторон в масле до золотистого цвета. Гренки посыпать натертым сыром и измельченной зеленью петрушки. Подать на стол с мясным бульоном.

Гренки с сыром и желтками

Ингредиенты: *5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 2 столовые ложки сливочного масла, 300 мл молока, 2 яичных желтка, 4 столовые ложки тертого сыра.*

Способ приготовления:

Пшеничный хлеб нарезать тонкими ломтиками. В молоко вбить яичные желтки и полученную массу слегка взбить. Каждый ломтик хлеба смочить смесью молока и желтков, выложить их на смазанный маслом противень, посыпать тертым сыром и запекать в духовке до золотистого цвета.

Гренки «Аппетитные»

Ингредиенты: *4 ломтика пшеничного хлеба, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, 1/2 пучка зелени петрушки, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть. Хлеб обжарить с одной стороны в сливочном масле и перевернуть. Яйцо взбить с перцем и солью, залить этой смесью хлеб, накрыть сковороду крышкой и жарить в течение 3 минут на слабом огне. Гренки выложить на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Гренки с паштетом из маслин

Ингредиенты: *6 ломтиков пшеничного хлеба, 12 маслин, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка горчицы, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить, отделить белки от желтков. Желтки растереть с солью и горчицей. Белки нарубить. Из маслин удалить косточки, мякоть мелко нарубить и смешать с растертыми яичными желтками и размягченным сливочным маслом. Полученную смесь тщательно взбить. Ломтики хлеба обжарить в растительном масле, смазать толстым слоем полученной смеси и украсить рубленым яичным белком.

Чесночные гренки

Ингредиенты: *6 ломтиков ржаного хлеба, 4 зубчика чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 70 г сливочного масла, 1/2 пучка укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Укроп вымыть, обсушить и мелко нарубить. Чеснок очистить, вымыть, натереть на мелкой терке, посолить и смешать со сливочным маслом.

Ломтики хлеба обжарить в растительном масле, смазать смесью сливочного масла и чеснока, выложить на противень и поставить в разогретую духовку на 3–4 минуты.

Готовые бутерброды посыпать зеленью укропа и подать к столу.

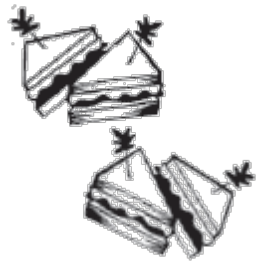
Гренки по-украински

Ингредиенты:*6 ломтиков ржаного хлеба, 100 г соленого сала, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки рубленой зелени петрушки.*

Способ приготовления:

Сало нарезать кубиками, обжарить до вытапливания жира, вынуть шкварки. Чеснок очистить, вымыть, натереть на мелкой терке и смешать с зеленью петрушки. Ломтики хлеба обжарить в жире с обеих сторон. На каждую гренку положить шкварки, смесь чеснока и зелени петрушки и подать к столу.

КАНАПЕ



Канапе «Диетическое»

Ингредиенты: *2 ломтика ржаного хлеба, 1 огурец, 100 г редиса, 1/2 пучка зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Подготовить ломтики хлеба круглой формы. Огурец и редис вымыть, нарезать кружочками и посолить. Зелень петрушки вымыть. На шпажки наколоть хлеб, кружочки огурца, редиса. Канапе украсить веточками петрушки и подать к столу.

Канапе с редисом и хреном

Ингредиенты: *4 ломтика хлеба, 1 столовая ложка тертого хрена, 1 столовая ложка сметаны, 4 редиса, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редис вымыть и нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть. Хрен сбрызнуть уксусом, посолить, заправить сметаной и выложить полученную массу на ломтики хлеба. Сверху положить кружочки редиса. Канапе украсить веточками петрушки, проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе «Голландия»

Ингредиенты: *10 маленьких ломтиков пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 100 г голландского сыра, 3 редиса, 1 столовая*

ложка рубленого зеленого лука.

Способ приготовления:

Сыр нарезать кубиками. Редис вымыть и нарезать кружочками. Ломтики хлеба смазать маслом, положить на них сыр и редис. Канапе проткнуть шпажками, посыпать зеленым луком и подать к столу.

Канапе «Улыбка»

Ингредиенты: *4 ломтика хлеба, 50 г сыра, 4 листа зеленого салата, 50 г майонеза, 1 помидор.*

Способ приготовления:

Помидор вымыть и нарезать кружочками. Сыр нарезать ломтиками. Листья салата вымыть. На ломтики хлеба выложить по листу салата, ломтику сыра и кружку помидора. Готовые канапе смазать майонезом, проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе с сыром и маслинами

Ингредиенты: *4 ломтика хлеба, 100 г сыра, 4 консервированные маслины без косточек, 50 г майонеза, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр пропустить через мясорубку, смешать с майонезом и поперчить. Приготовленную смесь выложить на ломтики хлеба, сверху положить маслины, проткнуть их шпажками и подать к столу.

Канапе «Парижанка»

Ингредиенты: *4 ломтика батона, 50 г сливочного масла, 100 г сыра, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 4 консервированные оливки, 2 столовые ложки сметаны.*

Способ приготовления:

Яйцо очистить и нарезать кружочками. Сыр нарезать ломтиками. Оливки разрезать пополам. Хлеб смазать маслом, сверху положить сыр, яйцо и половинки оливок. Канапе полить сметаной, проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе с сырным маслом и горчицей

Ингредиенты: *4 ломтика пшеничного хлеба, 40 г сливочного масла, 50 г плавленого сыра, 2 столовые ложки горчицы, зелень кинзы.*

Способ приготовления:

Зелень кинзы вымыть, обсушить и мелко нарубить.

Плавленый сыр натереть на крупной терке и смешать с размягченным сливочным маслом и горчицей. Выложить приготовленную смесь на ломтики хлеба. Канапе проткнуть шпажками, украсить зеленью кинзы и подать к столу.

Канапе «Треугольники»

Ингредиенты: *4 треугольных ломтика ржаного хлеба, 50 г сливочного масла, 100 г сыра, 1 столовая ложка сметаны.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать ломтиками. Ломтики хлеба смазать маслом, сверху положить ломтики сыра, полить сметаной. Проткнуть канапе шпажками и подать к столу.

Канапе «Луковка»

Ингредиенты: *4 ломтика хлеба, 1 пучок зеленого лука, 50 г сливочного масла, 30 г майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый лук вымыть, нарубить, посолить и смешать с размягченным сливочным маслом и майонезом. Выложить полученную массу на хлеб. Канапе проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе с шампиньонами

Ингредиенты:*4 ломтика хлеба, 100 г отварных шампиньонов, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1 столовая ложка майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки.*

Способ приготовления:

Яйцо очистить и натереть на крупной терке. Грибы мелко нарезать, смешать с майонезом и яйцом. Выложить смесь на ломтики хлеба. Канапе украсить зеленью петрушки, проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе с зеленым и репчатым луком

Ингредиенты: *4 ломтика ржаного хлеба, 1 пучок зеленого лука, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый лук вымыть, обсушить, нарубить, посолить и смешать с размягченным сливочным маслом и майонезом. Репчатый лук очистить, вымыть, обдать кипятком и нарезать кольцами. На ломтики хлеба положить по 1 кольцу лука и выложить сверху приготовленную массу. Канапе проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе «Добыча грибника»

Ингредиенты: *4 ломтика хлеба, 4 белых гриба, 1 яйцо, 1 столовая ложка майонеза, 1 помидор, зелень кинзы.*

Способ приготовления:

Зелень кинзы вымыть, обсушить и мелко нарубить. Яйцо сварить вкрутую, очистить и натереть на крупной терке. Грибы отварить, мелко нарезать, смешать с майонезом и яйцом. Помидор вымыть и нарезать кружочками. Положить на ломтики хлеба по 1 кружку помидора, сверху намазать приготовленной массой и посыпать зеленью кинзы. Канапе проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе с беконом

Ингредиенты: *2 квадратных ломтика пшеничного хлеба, 100 г бекона, 1 яблоко, 1/2* пучка зеленого салата.

Способ приготовления:

Бекон нарезать небольшими квадратами. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать квадратными ломтиками. Листья салата вымыть. На ломтики хлеба положить бекон, лист салата, ломтик яблока, затем снова бекон, лист салата, ломтик яблока. Проткнуть канапе шпажками и подать к столу.

Канапе с мясом кальмаров

Ингредиенты: *6 ломтиков хлеба, 200 г кальмаров, 2 яйца, 50 г сливочного масла, зелень укропа, сок 1/2 лимона, соль.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить.

Кальмары обдать кипятком, очистить, отварить и нарезать ломтиками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Ломтики хлеба смазать маслом, положить сверху мясо кальмаров. Канапе украсить рубленым яйцом, посолить, посыпать зеленью, сбрызнуть лимонным соком, проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе с мясом омара

Ингредиенты: *4 ломтика хлеба, 150 г консервированного мяса омара, 60 г майонеза, 2 соленых огурца, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 пучка зелени петрушки.*

Способ приготовления:

Соленые огурцы мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Мясо омара нарезать и смешать с майонезом. Подготовить ломтики хлеба круглой формы и обжарить их в растительном масле. На каждый ломтик хлеба положить смесь мяса омара и майонеза. По краям сделать ободок из соленых огурцов и петрушки. Проткнуть канапе шпажками и подать к столу.

Канапе с креветками

Ингредиенты: *6 ломтиков пшеничного хлеба, 6 креветок, 40 г сливочного масла, 3 столовые ложки кетчупа, 2 столовые ложки растительного масла, зелень укропа.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Креветки промыть холодной водой, отварить и очистить. Ломтики хлеба обжарить в растительном масле, остудить, смазать сливочным маслом, а по краям сделать ободок из кетчупа. В середину каждого положить креветку, проткнуть канапе шпажками, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Канапе с семгой

Ингредиенты: *4 ломтика ржаного хлеба, 50 г филе копченой семги, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 1/2 пучка зеленого лука.*

Способ приготовления:

Яйцо сварить вкрутую, очистить и нарубить. Филе семги нарезать ломтиками. Зеленый лук вымыть и измельчить. Ломтики

хлеба смазать маслом, положить на них семгу и рубленое яйцо, посыпать зеленым луком. Готовые канапе проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе «Азовское море»

Ингредиенты: *6 ломтиков пшеничного хлеба, 100 г вареного мяса крабов, 40 г сливочного масла, 3 столовые ложки кетчупа, 30 г майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка рубленой зелени кинзы.*

Способ приготовления:

Мясо крабов мелко нарезать и смешать с майонезом. Ломтики хлеба обжарить в растительном масле, остудить, смазать сливочным маслом, по краям сделать ободок из кетчупа. В середину канапе выложить мясо крабов, проткнуть шпажками, украсить зеленью кинзы и подать к столу.

Канапе с копченым окороком

Ингредиенты: *100 г копченого куриного окорока, 25 г майонеза, 1 долька чеснока, 1 помидор, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки.*

Способ приготовления:

Помидор вымыть и мелко нарезать. Яйцо очистить и натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Окорок нарезать ломтиками. Помидор смешать с яйцом, чесноком, зеленью петрушки и майонезом. На ломтики копченого окорока выложить приготовленную смесь, скатать рулетики и закрепить их шпажками.

Канапе подогреть в духовке и подать к столу.

Канапе с куриным паштетом

Ингредиенты: *6 ломтиков пшеничного хлеба, 100 г куриного паштета, 50 г сливочного масла, 1 огурец, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки.*

Способ приготовления:

Огурец вымыть и нарезать кружочками. Ломтики хлеба обжарить в растительном масле. Хлеб смазать сливочным маслом, выложить на него куриный паштет и кружочки огурца.

Канапе проткнуть шпажками, украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Канапе по-итальянски

Ингредиенты: *6 ломтиков пшеничного хлеба, 150 г ветчины, 50 г сыра, 20 г сливочного масла, 1 огурец, 50 г зеленого салата, 6 маслин, 1 помидор, 3 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр и ветчину нарезать ломтиками. Огурец и помидор вымыть и нарезать кружочками.

Зеленый салат вымыть. Ломтики хлеба обжарить на решетке, смазать маслом, поперчить, положить листья салата, сыр и ветчину, кружочки огурца и помидора, маслины, полить майонезом. Канапе проткнуть шпажками, посыпать зеленью петрушки.

Канапе «Экзотика»

Ингредиенты: *4 ломтика пшеничного хлеба, 50 г мясного паштета, 1 столовая ложка белого вина, 40 г сливочного масла, 1/2 грейпфрута.*

Способ приготовления:

В паштет влить белое вино и тщательно перемешать.

Грейпфрут вымыть, очистить, удалить пленки и разделить на дольки. Хлеб смазать маслом, выложить на него ломтики грейпфрута и паштет. Канапе проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе с колбасой и черешней

Ингредиенты: *4 ломтика пшеничного хлеба, 100 г копченой колбасы, 8 черешен, 2 помидора, 40 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Колбасу нарезать кружочками. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Черешню вымыть и каждую ягоду разрезать пополам, удалить косточки. Хлеб обжарить в сливочном масле, выложить на него кружки колбасы и дольки помидоров. Канапе проткнуть шпажками, украсить черешней и подать к столу.

Канапе «Гурман»

Ингредиенты: *4 ломтика пшеничного хлеба, 2 сосиски, 100 г бекона, 4 листа салата, 2 столовые ложки кетчупа.*

Способ приготовления:

Сосиски отварить и нарезать кусочками. Бекон нарезать тонкими ломтиками. Листья салата вымыть. На хлеб положить листья салата, сосиски, бекон. Канапе проткнуть шпажками, полить кетчупом и подать к столу.

Канапе с ветчиной и сливами

Ингредиенты: *4 ломтика пшеничного хлеба, 100 г ветчины, 8 слив, 2 помидора, 40 г сливочного масла, зелень укропа.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Ветчину нарезать ломтиками. Помидор вымыть, удалить плодоножку и нарезать кружочками. Сливы вымыть, разрезать каждую ягоду пополам и удалить косточки. Хлеб обжарить в сливочном масле, выложить на него кружки помидора, ломтики ветчины и половинки слив. Канапе проткнуть шпажками, украсить зеленью укропа и подать к столу.

Канапе с беконом и ананасами

Ингредиенты: *4 квадратных ломтика пшеничного хлеба, 100 г бекона, 4 колечка консервированных ананасов, 1/2 пучка зеленого салата.*

Способ приготовления:

Бекон нарезать квадратными ломтиками. Листья салата вымыть. На ломтики хлеба положить бекон, лист салата, колечко ананаса, затем снова бекон, лист салата, колечко ананаса. Проткнуть канапе шпажками и подать к столу.

Канапе «Натали»

Ингредиенты: *4 ломтика французского батона, 50 г сливочного масла, 100 г сыра, 1 яйцо, 4 вишни, 2 столовые ложки сливок.*

Способ приготовления:

Яйцо сварить вкрутую, очистить и нарезать кружочками. Сыр

нарезать ломтиками. Вишни вымыть, разрезать каждую ягоду пополам и удалить косточки. Ломтики батона смазать маслом, сверху положить сыр, яйцо и половинки вишен. Канапе полить сливками, проткнуть шпажками и подать к столу.

Канапе «Свежесть»

Ингредиенты: *8 ломтиков пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 50 г сыра, 8 ягод малины, 2 столовые ложки сливок.*

Способ приготовления:

Ягоды малины промыть в холодной воде и обсушить. Сыр нарезать тонкими ломтиками. Ломтики хлеба подрумянить в тостере, остудить, смазать маслом, сверху положить сыр, украсить ягодами малины и полить сливками. Канапе проткнуть шпажками и подать к столу.

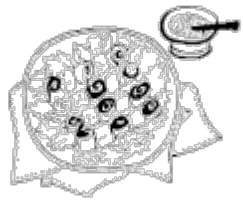
Канапе с виноградом и дыней

Ингредиенты: *8 ломтиков пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 50 г сыра, 50 г маринованного винограда без косточек, 50 г дыни.*

Способ приготовления:

Сыр и дыню нарезать ломтиками. Хлеб смазать маслом, выложить на него сыр и дыню. Канапе проткнуть шпажками, украсить виноградом и подать к столу.

ТАРТАЛЕТКИ



Тарталетки с помидорами и огурцами

Ингредиенты: *10 готовых корзиночек из песочного теста, 3 огурца, 5 помидоров, 5–6 перьев зеленого лука, 2 яйца, 4 столовые ложки сметаны, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко нарезать. Помидоры вымыть и мелко нарезать. Огурцы вымыть и нарезать кубиками. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать.

Яйца, овощи и лук перемешать, добавить сметану, черный молотый перец и соль. Готовую начинку выложить в корзиночки.

Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать и украсить ею тарталетки.

Тарталетки с огурцами и сыром

Ингредиенты: *10 готовых корзиночек из песочного теста, 150 г сыра, 3 огурца, 3 столовые ложки майонеза, 2 яйца, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и мелко нарезать. Сыр натереть на мелкой терке.

Яйца сварить вкрутую, очистить и натереть на терке.

Смешать сыр, огурцы, яйца и соль, заправить майонезом. Начинку выложить в корзиночки.

Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать и украсить ею тарталетки.

Тарталетки с огурцами

Ингредиенты: *10 готовых корзиночек из песочного теста, 5 огурцов, 3 чайные ложки горчицы, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 4 столовые ложки сметаны, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать мелкими кубиками, добавить уксус, сметану, черный молотый перец и соль, все перемешать. Готовую начинку выложить в смазанные горчицей корзиночки.

Тарталетки с огурцами и яйцами

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 3–4 огурца, 2–3 яйца, сваренных вкрутую, 50 г майонеза, 1/2 пучка зелени кинзы, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарубить. Огурцы вымыть и нарезать кубиками. Зелень кинзы вымыть. Огурцы смешать с яйцами, посолить, заправить майонезом и выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить веточками кинзы и подать к столу.

Тарталетки с помидорами

Ингредиенты: *6 корзиночек из пресного теста, 4 помидора, 1 огурец, 1 пучок зеленого лука, 100 г майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, мелко нарезать. Лук вымыть и нашинковать. Огурец вымыть и нарезать кружочками. Помидоры и лук смешать, посолить, заправить майонезом и выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить кружочками огурца и подать к столу.

Тарталетки «Летние»

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 3 помидора, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 огурец, 1 столовая ложка рубленых листьев зеленого салата, 3–4 столовые ложки майонеза, 1/2 пучка зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры и огурец вымыть и мелко нарезать. Яйца очистить и нарубить. Зелень укропа вымыть. Помидоры смешать с

огурцами, яйцами и зеленым салатом, посолить, заправить майонезом и выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить веточками укропа и подать к столу.

Тарталетки с огурцами и брынзой

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 2 огурца, 100 г брынзы, 50 г майонеза, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1/2 пучка зелени петрушки.*

Способ приготовления:

Яйцо очистить и нарубить. Брынзу натереть на мелкой терке. Огурцы вымыть и нарезать кубиками.

Зелень петрушки вымыть. Брынзу смешать с огурцами и яйцом, заправить майонезом и выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить веточками петрушки и подать к столу.

Тарталетки с помидорами и консервированной кукурузой

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 3 помидора, 100 г консервированной кукурузы, 100 г майонеза, 1/2 пучка зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть. Помидоры вымыть, мелко нарезать, смешать с кукурузой, посолить, заправить майонезом и выложить смесь в корзиночки.

Тарталетки украсить веточками петрушки и подать к столу.

Тарталетки с помидорами и сыром

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 3 помидора, 100 г сыра, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и мелко нарезать. Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Помидоры смешать с сыром, посолить, поперчить, заправить майонезом и выложить приготовленную смесь в корзиночки. Тарталетки посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Тарталетки с редисом

Ингредиенты: *10 готовых корзиночек из песочного теста, 150 г редиса, по 1 пучку зелени кинзы, укропа и петрушки, 4 столовые ложки оливкового масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень кинзы, петрушки и укропа вымыть, мелко нарезать. Редис вымыть, натереть на средней терке. Зелень петрушки, укропа и редис смешать, добавить соль и заправить маслом. Готовую начинку выложить в корзиночки и украсить зеленью кинзы.

Тарталетки с морковью и сыром

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 2 моркови, 100 г сыра, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1 луковица, 100 г майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, отварить, очистить и натереть на крупной терке. Яйцо очистить и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нашинковать. Сыр натереть на мелкой терке. Смешать подготовленные ингредиенты и заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки.

Тарталетки посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Тарталетки с морковью и зеленым горошком

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 2 моркови, 1 соленый огурец, 3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 2 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Соленый огурец нарезать кружочками. Морковь и лук смешать с зеленым горошком, посолить, заправить растительным маслом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить кружочками огурца и подать к столу.

Тарталетки с баклажаном и луком

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 1 баклажан, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1*

столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Баклажан вымыть, запечь в духовке, разрезать пополам вдоль, вынуть ложкой мякоть с семенами и нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Баклажан смешать с луком, сбрызнуть уксусом, посолить, выложить смесь в корзиночки. Тарталетки посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Тарталетки с баклажаном и сыром

Ингредиенты:*6 корзиночек из песочного теста, 1 баклажан, 100 г сыра, 1 столовая ложка консервированного зеленого горошка, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажан вымыть, испечь в духовке, очистить и мелко нарезать. Сыр натереть на крупной терке. Баклажаны посолить, обжарить в растительном масле, добавить сыр. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить зеленым горошком и подать к столу.

Тарталетки с кабачками и чесноком

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 150 г кабачков, 2 дольки чеснока, 1 помидор, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка горчицы, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, удалить семена, натереть на крупной терке и обжарить в 1 столовой ложке растительного масла. Помидор вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Чеснок очистить, вымыть, растереть с солью, смешать с оставшимся растительным маслом, добавить горчицу и перец и заправить полученной смесью кабачки. Выложить приготовленную массу в корзиночки. Тарталетки украсить кружочками помидора и подать к столу.

Тарталетки с кабачками и мясом курицы

Ингредиенты: *8–10 корзиночек из песочного теста, 150 г*

кабачков, 50 г консервированных грибов, 150 г вареного мяса курицы, 2 соленых огурца, 1 помидор, 4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка муки, 1/2 пучка зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, удалить семена, мелко нарезать, посолить, обвалять в муке и обжарить в растительном масле. Помидор вымыть. Огурцы очистить. Зелень петрушки вымыть. Грибы, мясо, помидор и огурцы пропустить через мясорубку, смешать с кабачками, посолить, поперчить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить веточками петрушки и подать к столу.

Тарталетки с болгарским перцем и яйцами

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 3 болгарских перца, 2 яйца, сваренных вкрутую, 2 помидора, 1 пучок зеленого лука, 100 г майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, мелко нарезать. Яйца очистить и нарубить. Помидоры вымыть и нарезать небольшими ломтиками. Зеленый лук вымыть и нарубить. Перец смешать с яйцами и зеленым луком, посолить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить ломтиками помидоров и подать к столу.

Тарталетки с картофелем и болгарским перцем

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 2 клубня картофеля, 2 болгарских перца, 1 соленый огурец, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в мундире, остудить, очистить и нарезать кубиками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена и мелко нарезать.

Огурец нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарубить. Смешать подготовленные ингредиенты, посолить, заправить растительным маслом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Тарталетки с картофелем и луком

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 2 клубня картофеля, 2 луковицы, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать мелкими кубиками. Лук очистить, вымыть и нарубить. Яйцо очистить и натереть на крупной терке. Смешать подготовленные ингредиенты, посолить, заправить растительным маслом. Выложить смесь в корзиночки, посыпать зеленью и подать к столу.

Тарталетки «Праздничные»

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 2 клубня картофеля, 1 огурец, 100 г вареного мяса курицы, 2 яйца, сваренных вкрутую, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 3 столовые ложки сметаны, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо курицы мелко нарезать. Картофель отварить, очистить и нарезать кубиками. Яйца очистить и нарубить. Огурец очистить от кожицы и нарезать кубиками. Смешать подготовленные ингредиенты, посолить, поперчить, заправить сметаной. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить зеленым горошком и подать к столу.

Тарталетки с шампиньонами

Ингредиенты: *10 готовых корзиночек из песочного теста, 200 г свежих шампиньонов, 4 столовые ложки оливкового масла, 1 луковица, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 2 столовые ложки сметаны, зелень петрушки, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы очистить, вымыть, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать маленькими кубиками, добавить к грибам, посолить, поперчить и обжарить в оливковом масле. Обжаренные грибы и лук заправить сметаной, добавить вымытую и мелко нарезанную зелень петрушки и перемешать. Выложить готовую начинку в корзиночки.

Украсить тарталетки консервированным зеленым горошком.

Тарталетки с красной икрой

Ингредиенты: *10 готовых корзиночек из песочного теста, 100 г лососевой красной икры, 3 яйца, 3 столовые ложки майонеза, 100 г консервированной горбуши, черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко нарезать. Консервированную горбушу размять вилкой, добавить 50 г красной икры, яйца, майонез, черный молотый перец и тщательно перемешать.

Готовую смесь выложить в корзиночки. Оставшимися 50 г красной икры украсить тарталетки.

Тарталетки с кальмарами

Ингредиенты: *10 готовых корзиночек из песочного теста, 200 г очищенных отварных кальмаров, 2 огурца, 2 помидора, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Кальмары нарезать тонкой соломкой. Помидоры вымыть, нарезать мелкими кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Смешать кальмары, лук, помидоры, соль и черный молотый перец, заправить растительным маслом. Начинку выложить в корзиночки.

Огурцы вымыть, нарезать кружочками и украсить ими тарталетки.

Тарталетки с кальмарами и морской капустой

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 200 г кальмаров, 100 г консервированной морской капусты, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кальмары залить кипятком, очистить. Опустить филе кальмаров на 5 минут в кипящую подсоленную воду, остудить и нарезать тонкой соломкой. Лук очистить, вымыть, нарубить и сбрызнуть укусом. Морскую капусту смешать с мясом кальмаров и луком, заправить растительным маслом и выложить в корзиночки.

Тарталетки поперчить, украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Тарталетки с мясом крабов и грибами

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100 г консервированного мяса крабов, 100 г маринованных грибов, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 луковица, 4 редиса, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо крабов мелко нарезать. Грибы промыть, нарезать тонкими полосками. Яйца очистить и нарубить. Лук очистить, вымыть и измельчить. Редис вымыть и нарезать кружочками.

Грибы смешать с мясом крабов, яйцами и луком, посолить, поперчить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки.

Тарталетки украсить кружочками редиса и подать к столу.

Тарталетки с белокочанной капустой и мясом курицы

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100 г белокочанной капусты, 100 г мяса курицы, 1 яблоко, 1/3 корня сельдерея, 4 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, сахар и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать. Мясо промыть, отварить в кипящей подсоленной воде и нарезать соломкой. Яблоко вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать кубиками. Корень сельдерея вымыть, очистить и натереть на крупной терке.

Смешать подготовленные ингредиенты и заправить смесью растительного масла, сахара и сметаны. Выложить приготовленную смесь в корзиночки.

Тарталетки украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Тарталетки с мясом курицы и огурцами

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 100 г вареного мяса курицы, 2–3 огурца, 100 г майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо курицы нарезать маленькими кусочками. Огурцы

вымыть, измельчить, смешать с мясом, посолить, поперчить и заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Тарталетки с мясом курицы и грибами

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 100 г отварного мяса курицы, 100 г маринованных грибов, 2 помидора, 2 яйца, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо нарезать маленькими кусочками. Грибы вымыть и нарезать ломтиками. Помидоры вымыть и нарезать тонкими кружочками. Яйца очистить и нарубить. Мясо смешать с грибами и яйцами, посолить, поперчить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить кружочками помидоров и подать к столу.

Тарталетки с мясом курицы и грецкими орехами

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 100 г отварного мяса курицы, 3 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов, 100 г майонеза, 1/2 пучка зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть. Мясо курицы нарезать кубиками, смешать с орехами, посолить и заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить веточками укропа и подать к столу.

Тарталетки с говядиной и помидорами

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 100 г отварной нежирной говядины, 3 помидора, 2 огурца, 1 луковица, 3 столовые ложки сметаны, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо нарезать кубиками. Помидоры вымыть и измельчить. Огурцы вымыть, очистить от кожицы и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и нарубить. Мясо смешать с помидорами и луком, посолить, поперчить, заправить сметаной. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить кружочками огурцов и подать к столу.

Тарталетки с говядиной и сыром

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 100 г отварной говядины, 50 г сыра, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 3 столовые ложки майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо нарезать небольшими кусочками. Сыр натереть на крупной терке, смешать с мясом, посолить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки.

Тарталетки украсить зеленым горошком и подать к столу.

Тарталетки со свининой и солеными грибами

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100 г отварной свинины, 100 г соленых грибов, 1 луковица, 3–4 столовые ложки майонеза, 1 пучок зелени петрушки, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо нарезать кубиками. Соленые грибы промыть и измельчить.

Лук очистить, вымыть и нашинковать. Зелень петрушки вымыть. Мясо, грибы и лук смешать, поперчить, заправить майонезом, выложить в корзиночки.

Тарталетки украсить веточками петрушки и подать к столу.

Тарталетки со свининой и огурцами

Ингредиенты: *6 корзиночек из песочного теста, 100 г тушеной свинины, 2 огурца, 2 яйца, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо нарезать небольшими кусочками. Огурцы вымыть, очистить и нарезать тонкой соломкой. Яйца очистить и нарубить. Все смешать, посолить, поперчить, заправить майонезом и выложить в корзиночки. Тарталетки украсить зеленью укропа и подать к столу.

Тарталетки с колбасой и кукурузой

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100 г вареной колбасы, 50 г консервированной кукурузы, 2 яйца,*

сваренных вкрутую, 1 морковь, 1 столовая ложка вареного риса, 3–4 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Колбасу нарезать небольшими кусочками. Яйца очистить и нарубить. Морковь вымыть, отварить, очистить и натереть на крупной терке. Колбасу смешать с кукурузой, рисом, морковью и яйцами, посолить, поперчить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Тарталетки с колбасой и сыром

Ингредиенты:*10 готовых корзиночек из песочного теста, 150 г сыра, 150 г копченой колбасы, 3 яйца, 5 столовых ложек майонеза, 5 столовых ложек консервированного горошка, зелень петрушки, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить, очистить и мелко нарезать. Сыр натереть на терке. Колбасу нарезать мелкими кубиками. Все смешать, добавить консервированный зеленый горошек и заправить майонезом. Добавить черный молотый перец и соль. Начинку выложить в корзиночки.

Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать и украсить ею готовые тарталетки.

Тарталетки с колбасой и помидорами

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100 г колбасы, 3 помидора, 1 луковица, 2 огурца, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 3–4 столовые ложки майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Колбасу нарезать кубиками. Огурцы вымыть, очистить от кожицы и нарезать соломкой. Помидоры вымыть и измельчить. Яйцо очистить и нарубить. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Колбасу смешать с огурцами, помидорами и луком, посолить, поперчить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить рубленым яйцом и подать к столу.

Тарталетки с ветчиной и огурцами

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100–150 г ветчины, 3 огурца, 2 яйца, сваренных вкрутую, 3 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ветчину нарезать кубиками. Огурцы вымыть и измельчить. Яйца очистить и нарубить. Огурцы нарезать кубиками или соломкой.

Ветчину смешать с огурцами и яйцами, посолить, поперчить, заправить майонезом, выложить в корзиночки.

Тарталетки украсить зеленью укропа и подать к столу.

Тарталетки с ветчиной и фасолью

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100 г ветчины, 100 г консервированной фасоли, 1 луковица, 2 яйца, сваренных вкрутую, 4 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ветчину мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарубить. Яйца очистить и мелко нарезать.

Ветчину смешать с луком и фасолью, посолить, поперчить, заправить растительным маслом и выложить в корзиночки. Тарталетки посыпать измельченными яйцами и подать к столу.

Тарталетки с ветчиной и помидорами

Ингредиенты: *6–8 корзиночек из песочного теста, 100 г ветчины, 3 помидора, 2 яйца, сваренных вкрутую, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 4 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и мелко нарезать. Ветчину измельчить. Яйца очистить и нарубить. Ветчину смешать с помидорами, зеленым горошком и яйцами, посолить, заправить майонезом. Выложить смесь в корзиночки. Тарталетки украсить зеленью петрушки и подать к столу.

САЛАТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ И ЗЕЛЕНИ

Салат по-чешски

Ингредиенты: *500 г помидоров, 400 г огурцов, 1 луковица, 50 г маслин, 100 г зелени петрушки, 20 мл растительного масла, соль, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть, нарезать тонкими кружочками. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами. Маслины разрезать пополам. На плоское блюдо выложить кружочки помидоров и огурцов, сверху уложить кольца лука и половинки маслин. Салат посолить, поперчить, заправить маслом и украсить зеленью петрушки.

Салат «Альпийский»

Ингредиенты: *500 г помидоров, 300 г сладкого зеленого перца, 400 г огурцов, 100 г зеленого салата, 50 г базилика, 50 г зелени петрушки, сок одного лимона, 40 мл растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть, нарезать тонкими кружочками. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку с семенами, мякоть нарезать кольцами. Зеленый салат вымыть.

Базилик и петрушку вымыть и крупно нарезать. На плоское блюдо уложить листья салата, затем слоями горкой выложить помидоры, огурцы и сладкий перец. Сверху посыпать базиликом и петрушкой.

В растительное масло добавить лимонный сок, соль и перец, тщательно перемешать.

Полученной смесью заправить салат.

Салат «Помидорка»

Ингредиенты: *3 крупных помидора, 60 г консервированного зеленого горошка, 1 небольшая красная луковица, 2 яйца, 1 пучок зелени кориандра, 50 г листьев зеленого салата, 60 г майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Листья салата вымыть и обсушить. Помидоры вымыть, срезать верхнюю часть со стороны плодоножки, затем удалить часть мякоти. Лук очистить, вымыть, нарезать мелкими кубиками. Яйца сварить вкрутую и мелко покрошить. Зелень кориандра вымыть и мелко нарезать. Горошек смешать с луком, яйцами и зеленью, посолить, поперчить и заправить майонезом. Полученной смесью нафаршировать подготовленные помидоры. Готовые помидоры уложить на листья салата.

Салат «Венеция»

Ингредиенты: *400 г помидоров, 3 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, 100 г консервированной фасоли, 300 г сыра, 60 г сметаны, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, обдать кипятком, охладить, снять кожицу, мякоть нарезать мелкими кубиками. Чеснок очистить, вымыть, тонко нарезать. Петрушку вымыть, обсушить, мелко нарезать, сыр натереть на крупной терке. Помидоры смешать с чесноком, петрушкой, консервированной фасолью и сыром, посолить, поперчить, заправить сметаной и тщательно перемешать.

При подаче украсить дольками помидоров и листиками петрушки.

Салат из помидоров с авокадо

Ингредиенты: *500 г помидоров, 300 г авокадо, 1 головка красного репчатого лука, 40 г каперсов, 100 г зелени кориандра, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кубиками. Авокадо разрезать пополам, удалить косточку, очистить от кожуры и нарезать кубиками. Красный репчатый лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами. Зелень кориандра вымыть и мелко нарубить. Помидоры смешать с авокадо, репчатым луком, каперсами и зеленью кориандра, посолить, поперчить, добавить майонез и тщательно перемешать.

При подаче к столу украсить розочкой из кожицы помидора.

Салат «Сибирский»

Ингредиенты: *3–4 крупных помидора, 150 г квашеной капусты, 1 головка репчатого лука, 50 г зеленого лука, 30 мл растительного масла, соль, сахар, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими кольцами. Зеленый лук мелко нарубить.

Квашеную капусту смешать с сахаром и маслом, положить в глубокий салатник. Сверху уложить помидоры, посолить, поперчить.

При подаче к столу украсить салат репчатым и зеленым луком.

Салат из зеленого лука с соленым огурцом

Ингредиенты: *300 г зеленого лука, 2–3 соленых огурца, 50 мл растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый лук вымыть, обсушить, мелко нарезать. Соленые огурцы нарезать мелкими кубиками, смешать с зеленым луком. Салат посолить, поперчить, заправить растительным маслом.

Салат из огурцов с редисом

Ингредиенты: *200 г огурцов, 100 г редиса, 100 г зеленого салата, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, разрезать пополам, на каждой половинке сделать 4–6 глубоких надреза на расстоянии 1 см друг от друга, посолить. Редис вымыть, нарезать тонкими кружочками.

Кружочки редиса вставить в надрезы огурца. Листья салата уложить ровным слоем на плоское блюдо, сверху положить огурцы с редисом.

Салат из редиса с рукколой

Ингредиенты: *300 г редиса, 200 г огурцов, 200 г салата рукколы, 40 мл нерафинированного подсолнечного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Редис и огурцы вымыть, нарезать тонкими кружочками. Рукколу вымыть, обсушить, крупно нарезать. Подготовленные ингредиенты перемешать, посолить, поперчить, заправить подсолнечным маслом.

Салат «Аленушка»

Ингредиенты: *100 г зелени укропа, 100 г зелени петрушки, 200 г огурцов, 300 г творога, 40 г сметаны, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа и петрушки вымыть, обсушить, мелко нарезать. Огурцы вымыть и натереть на крупной терке. В творог положить зелень и огурцы, тщательно перемешать, посолить, добавить сметану и еще раз перемешать.

При подаче к столу украсить листиками петрушки и веточками укропа.

Салат «Майский»

Ингредиенты: *300 г щавеля, 200 г редиса, 4 яйца, 50 г сметаны, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Щавель вымыть и нарезать тонкими полосками. Редис вымыть, нарезать тонкими дольками. Яйца сварить вкрутую, остудить в холодной воде и нарезать тонкими кружочками. Щавель смешать с редисом, посолить, заправить сметаной.

Салат уложить горкой и украсить кружочками яиц.

Салат «Нимфа»

Ингредиенты: *3 крупные моркови, 200 г чернослива без косточек, 50 г зелени укропа, 20 г сметаны, 10 г сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Чернослив промыть в теплой воде, залить кипятком, выдержать в течение 10 минут, затем нарезать мелкими кусочками. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке, добавить чернослив, тщательно перемешать. Сметану смешать с солью и сахаром, заправить полученной смесью морковь с черносливом. Уложить в салатницу, посыпать измельченной зеленью укропа.

Салат из горошка с морковью

Ингредиенты:*250 г молодого горошка, 2 крупные моркови, 50 г зелени укропа, 50 г зелени петрушки, 60 мл кефира, 20 мл лимонного сока, 5 г сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Зелень укропа и петрушки вымыть, обсушить, мелко нарезать. Горошек смешать с морковью и зеленью. В кефир добавить лимонный сок, сахар и соль, заправить этой смесью салат.

Салат из моркови с фруктами

Ингредиенты: *3–4 крупные моркови, 1 апельсин, 1/2 лимона, 1 яблоко, 30 г меда, 40 г ядер грецких орехов, 100 мл растительного масла.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Яблоко вымыть, освободить от сердцевины, нарезать тонкими брусочками. Апельсин очистить, разделить на дольки. Морковь смешать с яблоком и апельсином, сбрызнуть соком лимона, добавить мед и растительное масло, тщательно перемешать.

При подаче к столу украсить грецкими орехами.

Салат «Пекинский»

Ингредиенты: *1 кочан пекинской капусты, 200 г ломтиков батона, 200 г малосольной семги, 1 лайм, 50 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Пекинскую капусту вымыть, оставить несколько листьев целыми, остальные нашинковать и посолить. Каждый ломтик батона смазать сливочным маслом, затем нарезать мелкими кубиками и обжарить на разогретой сковороде.

Семгу нарезать небольшими кубиками. Целые листья пекинской капусты выложить на дно глубокого салатника. Нашинкованную капусту, сухарики и семгу смешать, сбрызнуть соком лайма, поперчить. Готовую смесь выложить в салатник. При подаче украсить салат цедрой лайма.

Капустный салат

Ингредиенты: *500 г белокочанной капусты, 2 крупных зеленых яблока, 200 г огурцов, 1 пучок зелени укропа, 10 г семян тмина, 30 мл яблочного уксуса, 15 мл растительного масла.*

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать. Яблоко очистить от кожицы и сердцевины и натереть на крупной терке. Огурцы вымыть, натереть на крупной терке. Капусту, яблоки и огурцы тщательно перемешать. Уксус смешать с растительным маслом и семенами тмина, нагреть на слабом огне до кипения и влить в салат.

Салат тщательно перемешать и украсить веточками укропа.

Горячий салат из цветной капусты

Ингредиенты: *400 г цветной капусты, 100 г зелени петрушки, 100 г зелени укропа, 50 г корня сельдерея, 100 мл растительного масла, 30 мл столового 3 %-ного уксуса, 3 г соли, 3 г сахара, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Цветную капусту вымыть, разделить на соцветия, варить до готовности в кипящей, слегка подсоленной воде. Корень сельдерея очистить, вымыть, натереть на мелкой терке. Зелень петрушки и укропа вымыть, мелко нарубить.

Для приготовления соуса растительное масло смешать со столовым уксусом, сахаром, солью и перцем, затем взбить венчиком.

Цветную капусту в горячем виде выложить на плоское блюдо, полить соусом из растительного масла, посыпать сельдереем и зеленью.

Салат из лука-порея

Ингредиенты: *3 стебля лука-порея, 1 репа, 1 черешок сельдерея, 1 пучок зелени петрушки, 100 мл простокваши, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук-порей вымыть, нарезать тонкими кружочками. Репу очистить, вымыть, нарезать тонкими брусочками. Сельдерей вымыть и мелко нарезать. Лук-порей смешать с репой и сельдереем. Для приготовления соуса просто квашу смешать с мелко нарубленной зеленью петрушки, солью и перцем. Заправить салат и украсить веточками петрушки.

Салат из тыквы с помидорами

Ингредиенты: *200 г тыквы, 3 крупных помидора, 1 небольшая луковица, 100 г укропа, 50 г листьев зеленого салата, 70 мл кефира, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Тыкву вымыть, очистить от кожуры, удалить семена, мякоть натереть на крупной терке. Помидоры вымыть, обдать кипятком, остудить в холодной воде, затем снять кожицу и мякоть нарезать крупными кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами. Подготовленные ингредиенты перемешать, посолить, поперчить, заправить кефиром и выложить на листья зеленого салата.

Салат из кабачков с морковью

Ингредиенты: *600 г кабачков, 2 крупные моркови, 1 головка красного репчатого лука, 1 крупный помидор, 1 пучок зелени кориандра, 1 пучок кинзы, 70 мл растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками, затем обжарить в растительном масле до готовности. Морковь очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать мелкими кубиками.

Помидор вымыть, нарезать мелкими кубиками. Зелень кориандра вымыть и измельчить. Все подготовленные ингредиенты смешать, посолить, поперчить и еще раз тщательно перемешать.

Готовый салат при подаче украсить веточками кинзы.

Салат из картофеля с квашеной капустой и луком

Ингредиенты: *400 г картофеля, 200 г квашеной капусты, 100 г красного репчатого лука, 1 пучок зелени укропа, 1 зеленое яблоко, 50 мл нерафинированного подсолнечного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать мелкими кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень укропа вымыть, обсушить, крупно нарезать. Яблоко вымыть, очистить от кожицы и сердцевины, нарезать мелкими кубиками.

Картофель смешать с квашеной капустой, луком, зеленью укропа и яблоком. Полученную смесь посолить, поперчить, заправить подсолнечным маслом.

Салат из молодых кабачков

Ингредиенты: *300 г молодых кабачков, 1 луковица, 10 г хрена, 150 г майонеза, зелень пет рушки и укропа, зеленый лук, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Кабачки очистить и натереть на крупной терке, смешать их с мелко нарезанным репчатым луком и натертым на мелкой терке хреном.

Добавить перец, соль, мелко нарезанную зелень, заправить майонезом и подать к столу.

Салат «Дана»

Ингредиенты: *300 г баклажанов, 3 помидора, 2 болгарских перца, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, 1 лимон, 3 столовые ложки растительного масла, тмин, зелень петрушки и базилика, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Баклажаны надрезать вдоль и запечь. Затем остудить, очистить и нарезать кубиками. Помидоры, перец и лук нарезать кубиками, посолить и перемешать с баклажанами. Смешать измельченный чеснок, тмин,

растительное масло и выжать лимонный сок. Заправить салат приготовленной смесью и посыпать нарезанной зеленью.

Салат «Сухуми»

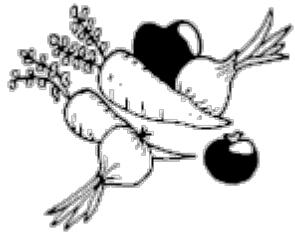
Ингредиенты: *300 г баклажанов, 100 г грецких орехов, 2 столовые ложки растительного масла, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны и зелень вымыть. Баклажаны нарезать кружочками, посолить и обжарить с двух сторон в растительном масле до золотистого цвета.

Готовые баклажаны выложить на блюдо, поперчить, посыпать толчеными грецкими орехами, мелко нарезанной зеленью и подать к столу.

САЛАТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ



Картофельный салат «Зимний»

Ингредиенты: *500 г картофеля, 100 г маринованных опят, 1 крупная морковь, 1 луковица, 1 пучок укропа, 40 мл нерафинированного подсолнечного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель отварить в мундире, очистить и нарезать кубиками. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть, мелко нарубить. Лук очистить, вымыть, нарезать мелкими кубиками. В салатник выложить картофель, лук, маринованные опята, морковь и укроп, посолить, поперчить, тщательно перемешать, заправить растительным маслом.

При подаче к столу украсить веточками укропа.

Салат «Графиня»

Ингредиенты: *3 клубня картофеля, 300 г цветной капусты, 150 г маринованных грибов, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 5 столовых ложек оливкового масла, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 пучок зелени петрушки, 150 г клюквы, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в подсоленной воде, очистить и нарезать кубиками. Капусту промыть, разделить на соцветия, отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Грибы мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, обсушить и мелко нарубить. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Все смешать, посолить, заправить оливковым маслом и лимонным соком.

Готовый салат украсить ягодами клюквы и подать к столу.

Салат из лисичек с помидорами

Ингредиенты: *500 г лисичек, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лисички промыть под проточной водой, опустить в подсоленную воду и варить 10 минут. Затем откинуть их на дуршлаг, остудить и нарезать соломкой. Лук мелко нарезать, выложить его на сковороду с маслом и обжарить до золотистого цвета. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и измельчить. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками. Зелень тщательно помыть и нарубить. Выложить подготовленные ингредиенты в салатник, посолить и полить сметаной.

Салат из грибов со сметаной

Ингредиенты: *500 г грибов (лисички, вешенки, шампиньоны), 80 г сметаны, 50 г твердого сыра, 50 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы вымыть и отварить в подсоленной воде. Мелко нарезать их, выложить на сковороду с маслом и обжарить до образования золотистой корочки. Сыр натереть на средней терке. Зелень тщательно промыть и измельчить. Выложить в салатник грибы и зелень, полить их сметаной и посыпать сыром.

Салат из жареных баклажанов с грибами

Ингредиенты: *300 г баклажанов, 200 г шампиньонов, 1 луковица, 30–40 мл растительного масла, 150 г майонеза, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, нарезать кружочками. Грибы перебрать, промыть, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки и укропа промыть, нарубить.

Баклажаны, грибы и лук выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, посолить, поперчить, жарить в течение 10–

15 минут. Затем остудить и заправить майонезом.

Готовый салат посыпать зеленью и подать к столу.

САЛАТЫ ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

Салат «Марс»

Ингредиенты: *300 г отварной говядины, 100 г мелких маринованных кукурузных початков, 1 крупный помидор, 200 г редьки дайкон, 20 г каперсов, 1 пучок зелени сельдерея, 50 мл растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Говядину нарезать мелкими кубиками. Помидор вымыть и нарезать дольками. Редьку дайкон очистить, вымыть, нарезать тонкими ломтиками. Зелень сельдерея вымыть, обсушить, крупно нарезать. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить кукурузные початки и каперсы, тщательно перемешать, посолить, поперчить, заправить растительным маслом.

Мясной салат с кабачком

Ингредиенты: *400 г отварной свинины, 1 кабачок, 3 зубчика чеснока, 100 г помидоров черри, 100 г листьев салата, 50 г зелени базилика, 70 мл растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Свинину нарезать мелкими кубиками. Кабачок вымыть, очистить от кожуры, удалить семена, нарезать крупными кубиками, посолить и обжарить в растительном масле. Чеснок очистить, вымыть, мелко нарубить. Помидоры черри вымыть и разрезать пополам. Листья салата вымыть, обсушить и нарезать полосками. Зелень базилика вымыть, обсушить, мелко нарезать.

Подготовленные ингредиенты соединить, посолить, поперчить, тщательно перемешать.

При подаче к столу украсить листочками базилика и целыми помидорами черри.

Салат по-восточному

Ингредиенты: *300 г отварной баранины, 2 редьки, 3 луковицы среднего размера, 100 г низкокалорийного майонеза, 20 мл растительного масла, 1/4 граната, 1 яйцо, 5 г аджики, по 20 г зелени укропа, петрушки и кинзы, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо нарезать соломкой. Редьку очистить от кожицы, вымыть и натереть на средней терке. Лук очистить, помыть, нарезать кольцами, выложить на сковороду и обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

Затем масло слить, лук остудить и выложить в миску с мясом и редькой. Все поперчить, посолить, добавить аджику, перемешать и выложить горкой в салатницу. Сверху полить майонезом. Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать дольками.

Перед подачей к столу готовый салат посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки, укропа и кинзы, украсить яйцом и зернами зрелого граната.

Салат из телятины с шампиньонами

Ингредиенты: *400 г отварной телятины, 200 г шампиньонов, 1 помидор, 50 г каперсов, 100 г консервированной фасоли, 1 пучок зелени петрушки, 50 мл растительного масла, 1 лимон, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Телятину нарезать кубиками. Помидор вымыть и нарезать дольками. Зелень петрушки вымыть, обсушить и мелко нарубить. Шампиньоны очистить, промыть, нарезать тонкими пластинками и обжарить в разогретом растительном масле. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить консервированную фасоль и каперсы, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком.

Салат из индейки

Ингредиенты: *300 г мяса индейки, 100 г риса, 2–3 крупных помидора, 1 зеленое яблоко, 2 яйца, 1 пучок зелени сельдерея, 100 г листьев салата, 250 г низкокалорийного майонеза, 60 мл растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо индейки промыть, обжарить в растительном масле и нарезать тонкими ломтиками.

Рис промыть, затем всыпать в кипящую подсоленную воду и варить до готовности.

Помидоры вымыть, нарезать кубиками. Яблоко вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Яйца сварить вкрутую и нарезать дольками. Зелень сельдерея вымыть, обсушить и крупно нарубить. Подготовленные ингредиенты соединить, посолить, поперчить и выложить на листья салата.

Перед подачей к столу салат полить майонезом.

Салат-коктейль из курицы с ананасами

Ингредиенты: *300 г отварного филе курицы, 1 ананас, 100 г помидоров черри, 50 г листьев краснокочанного салата, 60 г сыра гауда, 50 г зелени укропа, 2 яйца, 100 г маложирной сметаны, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе курицы нарезать тонкой соломкой. Ананас очистить, вырезать сердцевину, мякоть нарезать кубиками. Краснокочанный салат тонко нашинковать. Сыр натереть на крупной терке. Яйца сварить вкрутую и нарезать тонкими кружочками. Зелень укропа вымыть, обсушить, крупно нарезать. Помидоры черри вымыть, разрезать на четвертинки.

В креманки слоями уложить курицу, ананасы и помидоры черри. Сверху выложить краснокочанный салат, сыр и зелень укропа. Салат посолить, поперчить, полить сметаной.

При подаче к столу украсить салат кружочками яиц и четвертинками помидоров черри.

Салат из ветчины

Ингредиенты: *250 г ветчины, 200 г картофеля, 2–3 яйца, 1–2 соленых огурца, 1 красная луковица, 2–3 помидора, 100 г низкокалорийного майонеза.*

Способ приготовления:

Ветчину и огурцы нарезать соломкой. Яйца сварить вкрутую и нарезать дольками. Картофель отварить в мундире, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кубиками. Помидоры вымыть, нарезать дольками. Подготовленные ингредиенты выложить, не перемешивая, на плоское блюдо, полить майонезом.

При подаче к столу украсить ломтиками ветчины, помидора и яйца.

Салат «Венеция»

Ингредиенты: *150 г макаронных изделий, 100 г ветчины, 50 г сыра, 1 яблоко, 2 помидора, 2 яйца, 50 г зелени петрушки, 50 г зелени укропа, 100 г низкокалорийного майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Макаронные изделия отварить в кипящей подсоленной воде, откинуть на дуршлаг. Ветчину нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать тонкими дольками. Яблоко вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать соломкой.

Яйца сварить вкрутую и нарезать кубиками.

Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки и укропа вымыть, обсушить, крупно нарубить.

Подготовленные ингредиенты тщательно перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.

При подаче к столу украсить дольками яиц и помидоров.

Салат по-французски

Ингредиенты: *200 г ветчины, 3 крупных огурца, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, 50 г корня хрена, 1 красное яблоко, 1 пучок зелени петрушки, 100 г низкокалорийного майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ветчину нарезать мелкими кубиками. Яйца сварить вкрутую и мелко нарубить. Корень хрена очистить, вымыть, натереть на мелкой терке. Яблоко вымыть, удалить сердцевину, нарезать мелкими кубиками.

Зелень петрушки вымыть, обсушить, измельчить. Все

смешать, добавить зеленый горошек, тщательно перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.

Огурцы разрезать вдоль пополам, удалить семена. Половинки огурцов наполнить салатом. Чтобы половинки были устойчивы, их нижнюю сторону можно подровнять. Уложить фаршированные огурцы на плоское блюдо и украсить листочками петрушки.

Салат из ветчины со шпинатом

Ингредиенты:*300 г ветчины, 200 г шпината, 100 г риса, 2–3 сваренных вкрутую яйца, 100 г листьев салата, 50 г зелени укропа, 50 г зелени петрушки, 150 г низкокалорийного майонеза.*

Способ приготовления:

Ветчину нарезать тонкими полосками. Шпинат вымыть, обсушить, затем варить в кипящей подсоленной воде в течение 10 минут. Вареный шпинат обсушить и мелко нарезать. Рис промыть, отварить в большом количестве воды, откинуть на дуршлаг и обсушить. Зелень укропа и петрушки вымыть и мелко нарубить. Подготовленные ингредиенты перемешать, заправить майонезом и выложить на листья салата.

Перед подачей к столу украсить салат дольками яиц и веточками зелени.

Салат «Китай»

Ингредиенты: *300 г вареной ветчины, 4 стакана риса, 4 соленых огурца, 70 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, кориандр, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть и измельчить. Рис отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Соленые огурцы натереть на крупной терке. Ветчину нарезать мелкими кубиками.

Смешать ветчину, зелень петрушки, огурцы, рис, кориандр, посолить, полить уксусом и заправить растительным маслом.

Салат «Гулливер»

Ингредиенты: *200 г сыра, 200 г колбасы, 100 г листьев зеленого салата, 1–2 огурца, 2–3 помидора, 250 мл кефира, 5 г горчицы, 5 г сахара, 3 г соли.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать соломкой, колбасу – мелкими кубиками. Огурцы вымыть, нарезать тонкими кружочками. Помидоры вымыть, нарезать дольками.

Подготовленные ингредиенты выложить на листья салата.

Для приготовления соуса кефир смешать с горчицей, сахаром и солью, тщательно взбить. При подаче к столу салат полить соусом, украсить кружочками огурца.

Салат с корейкой и оливками

Ингредиенты: *250 г копченой корейки, 100 г оливок, 1 пучок редиса, 200 г творога, 2 чайные ложки столового хрена, 150 г сметаны, 2 столовые ложки водки, 6 гренок из ржаного хлеба, сахар, соль и черный молотый перец по вкусу.*

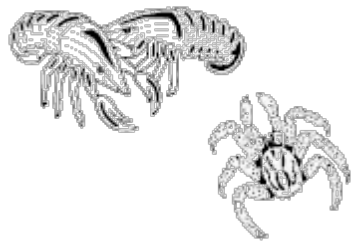
Способ приготовления:

Копченую корейку нарезать ломтиками. Оливки вынуть из рассола, разрезать пополам и удалить косточки. Редис вымыть и нарезать кружочками. Творог размять ложкой и смешать с хреном, сметаной и водкой. Затем добавить в смесь сахар, соль, черный молотый перец и оставить на 5–7 минут для пропитки.

На каждую тарелку выложить ломтики корейки, рядом с мясом положить кружочки редиса, творожную массу и украсить половинками оливок.

Готовое блюдо подать на стол с гренками из ржаного хлеба.

САЛАТЫ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ



Салат из сельди «Марсель»

Ингредиенты: *200 г филе соленой сельди, 2 огурца, 2 помидора, 1 болгарский перец, 1 луковица, 1/2 пучка зелени петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать соломкой. Помидоры вымыть, нарезать дольками. Болгарский перец вымыть, удалить семена и плодоножку, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Филе сельди нарезать небольшими кусочками, смешать с огурцами, помидорами, луком и болгарским перцем. Добавить растительное масло, посолить, поперчить, перемешать. Приготовленную смесь выложить горкой на блюдо, посыпать зеленью петрушки.

Салат из сельди с фасолью

Ингредиенты: *200 г филе сельди, 300 г картофеля, 400 г спаржевой фасоли, 1 яйцо, 1 крупный помидор, 1 пучок зелени укропа, 60 г сметаны, 45 мл лимонного сока, 10 г горчицы, 5 г кетчупа, 5 г соли, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе сельди нарезать небольшими кусочками. Картофель вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать мелкими кубиками. Спаржевую фасоль вымыть, опустить в кипящую

подсоленную воду, варить до готовности, откинуть на дуршлаг, затем нарезать кусочками длиной 1 см. Помидор вымыть, нарезать тонкими дольками. Укроп вымыть, обсушить и крупно нарезать. Яйцо сварить вкрутую и нарезать кружочками. Подготовленные ингредиенты выложить по отдельности горкой на плоское блюдо.

Для приготовления соуса сметану смешать с лимонным соком, горчицей, кетчупом, солью и перцем, тщательно взбить.

Салат полить соусом или подать его отдельно.

Салат «Вдохновение»

Ингредиенты: *400 г филе слабосоленой сельди, 300 г краснокочанной капусты, 100 г огурцов, 70 г моркови, 200 г вишни без косточек, по 60 г сметаны и майонеза, 5 г сахара, 10 мл яблочного уксуса, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе сельди нарезать небольшими ломтиками. Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с сахаром и яблочным уксусом до появления сока. Огурцы вымыть, очистить и нарезать соломкой. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Смешать сельдь, капусту, огурцы, морковь, вишню (использовать 150 г), посолить, поперчить и заправить смесью сметаны и майонеза.

Выложить салат в салатник, украсить оставшейся вишней и подать к столу.

Салат из сельди, болгарского перца и яблок

Ингредиенты: *300 г филе копченой сельди, 2 болгарских перца, 2 яблока, 1 луковица, 50 г оливок без косточек, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 пучок зеленого салата, 1/2 пучка зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать дольками и сбрызнуть лимонным соком. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Листья салата вымыть, обсушить, выложить на блюдо. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Рыбу нарезать ломтиками, выложить на листья салата вперемешку с болгарским перцем, яблоками и луком. Посолить, полить растительным маслом. Посыпать салат зеленью

петрушки и украсить оливками.

Салат с рулетами из сельди

Ингредиенты: *1 соленая сельдь среднего размера, 1 помидор, 6 яиц, 150 г сметаны, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 лимон, листья салата, зелень петрушки и укропа.*

Способ приготовления:

Сельдь выпотрошить, удалить голову и хвост, очистить от кожи, отделить мякоть от костей и нарезать полосками шириной 1–1,5 см. Каждую полоску свернуть рулетом.

Яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать их вдоль пополам, срезать выпуклую часть белка, чтобы они могли ровно лежать на блюде. На эти половинки положить рулеты из сельди и полить все смесью сметаны и лимонного сока.

Лимон вымыть, очистить, нарезать тонкими ломтиками и выложить их поверх майонеза. Листья салата вымыть, обсушить, уложить по краям блюда. Помидор вымыть, нарезать ломтиками и выложить на листья салата. Зелень петрушки и укропа вымыть, обсушить и украсить веточками готовый салат.

Салат из печени трески и яиц

Ингредиенты: *200 г консервированной печени трески, 4 яйца, 1 помидор, 100 г консервированной кукурузы, 100 г майонеза, 1 луковица, 1 пучок зеленого салата, по 1/2 пучка зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить и нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать. Листья салата вымыть, обсушить, выложить на блюдо. Помидор вымыть, нарезать кружочками.

Печень трески нарезать небольшими кусочками, смешать с яйцами, зеленью, луком и консервированной кукурузой. Добавить майонез, посолить, поперчить, перемешать и выложить горкой на листья салата.

Украсить салат кружочками помидоров.

Салат из печени трески с болгарским перцем

Ингредиенты: *100 г консервированной печени трески, 5–6 яиц,*

2 головки красного лука, 1 крупный помидор, 1 сладкий перец, 1 пучок зелени петрушки, 30 мл оливкового масла, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Печень трески нарезать небольшими кусочками. Яйца сварить вкрутую, нарезать дольками. Помидор вымыть и нарезать кубиками. Красный лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Зелень петрушки вымыть, обсушить, мелко нарубить. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку с семенами и нарезать тонкими полосками.

Все перемешать, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом.

Салат «Зорро»

Ингредиенты: *200 г консервированной печени трески, 200 г консервированной белой фасоли, 1 луковица, 1 помидор, 1/2 пучка зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Помидор вымыть, нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Печень трески нарезать небольшими кусочками, смешать с фасолью, посолить, поперчить. Выложить приготовленную смесь в салатник, посыпать петрушкой и украсить кружочками помидоров.

Салат из форели и овощей «Ариадна»

Ингредиенты: *350 г филе слабосоленой форели, 100 г консервированного зеленого горошка, 70 г моркови, 50 г репчатого лука, 1 лимон, 15 мл лимонного сока, 80 мл оливкового масла, 130 г маринованных маслят, 100 г оливок без косточек, красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе форели и маринованные грибы нарезать тонкими ломтиками. Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке и сбрызнуть лимонным соком. Лук очистить, вымыть и мелко нарубить. Лимон вымыть, очистить, разделить на дольки и мелко нарезать. Форель, грибы, горошек, морковь, лук и лимон смешать, поперчить и заправить оливковым маслом.

Перед подачей к столу украсить салат оливками.

Салат из консервированного лосося и зеленого горошка

Ингредиенты: *200 г консервированного лосося, 200 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 1 луковица, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Консервированный лосось размять вилкой. Смешать рыбу, консервированный зеленый горошек и лук, добавить майонез. Посолить, поперчить, перемешать и выложить в салатник.

Салат «Варна»

Ингредиенты: *300 г консервированного лосося, 200 г сыра, 150 г помидоров, 130 г репчатого лука, 2 яйца, 40 г маринованных грибов, по 50 г сметаны и майонеза, 50 г зеленого салата, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы нарезать. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Сыр натереть на крупной терке. Листья зеленого салата вымыть и выложить на блюдо. Консервированную рыбу размять вилкой. Помидоры вымыть, удалить плодоножки, мякоть мелко нарезать.

Рыбу, сыр, помидоры, яйца, лук смешать, посолить, заправить смесью сметаны и майонеза и выложить на блюдо на листья салата.

Оформить блюдо нарезанными грибами и подать к столу.

Салат «Легкий»

Ингредиенты: *400 г филе слабосоленой семги, 200 г ветчины, 150 г огурцов, 200 г слив, по 50 г щавеля, зелени укропа и петрушки, 40 мл оливкового масла, мускатный орех молотый, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе семги и ветчину нарезать кубиками. Огурцы вымыть, очистить и нарезать соломкой. Сливы вымыть, удалить косточки, очистить от кожицы и нарезать мякоть мелкими ломтиками. Щавель, зелень укропа и петрушки вымыть, обсушить и крупно нарубить. Рыбу, ветчину, огурцы, сливы и зелень смешать, добавить мускатный орех, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом и подать к столу.

Салат из копченой семги

Ингредиенты: *600 г филе копченой семги, 2 столовые ложки соевого соуса, 2 яйца, 2 огурца, 200 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

С семги снять кожу, нарезать небольшими кусочками и выложить на дно широкого блюда. Яйца сварить вкрутую, очистить, мелко нарубить и выложить на рыбу. Огурцы вымыть, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Выложить их поверх яиц. Зелень петрушки вымыть, обсушить и мелко нарубить.

Для приготовления заправки сметану смешать с соевым соусом и полить соусом салат. Готовый салат перед подачей к столу посыпать зеленью петрушки.

Салат «Эдельвейс»

Ингредиенты: *300 г соленой семги, 100 г пшеничных сухариков, 3 яйца, 150 г консервированного зеленого горошка, 1 помидор, 100 г майонеза, 3 столовые ложки томатного сока, 80 г листьев зеленого салата, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Семгу нарезать небольшими ломтиками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Помидор вымыть, удалить плодоножку и нарезать небольшими ломтиками. Листья салата и зелень укропа вымыть, обсушить. Листьями салата выстлать широкое блюдо, а зелень укропа мелко нарубить.

Семгу, яйца, помидор, сухарики и горошек смешать, посолить, поперчить и заправить смесью майонеза и томатного сока. Салат выложить на блюдо, украсить зеленью укропа и подать к столу.

Салат «Далекие берега»

Ингредиенты: *300 г копченой семги, 250 г консервированной морской капусты, 100 г консервированной кукурузы, 70 г корня имбиря, 1 луковица, 1 лимон, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, 10 листьев зеленого салата, 1/2 чайной ложки сахара, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Семгу нарезать небольшими ломтиками. Корень имбиря

очистить, вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Листья салата, вымыть, обсушить и выстлать ими дно широкого блюда. На листья салата выложить морскую капусту и разровнять ее. Лимон вымыть, очистить и нарезать небольшими кубиками. Смешать семгу, лимон, лук, имбирь, кукурузу и выложить горкой на морскую капусту.

Соединить растительное масло, лимонный сок, сахар, соль и перец, нагревать на слабом огне 3–4 минуты, тщательно размешивая, затем заправить салат и поставить его в прохладное место.

Салат из семги с грибами

Ингредиенты: *200 г малосольной семги, 200 г маринованных шампиньонов, 200 г консервированной кукурузы, 50 г маслин без косточек, 1 луковица, по 1/2 пучка зелени петрушки и укропа, 2 столовые ложки оливкового масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать. Семгу и шампиньоны нарезать небольшими кусочками, смешать с кукурузой, луком и зеленью. Посолить, поперчить, заправить растительным маслом, перемешать и выложить в салатник. Украсить салат маслинами.

Салат «Карамболь»

Ингредиенты: *500 г филе скумбрии горячего копчения, 300 г картофеля, 200 г соленых огурцов, 150 г моркови, 100 г консервированного зеленого горошка, 120 г майонеза, 50 г зеленого салата, зелень укропа, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель и морковь вымыть, отварить в подсоленной воде, очистить и нарезать мелкими кубиками. Филе скумбрии нарезать небольшими ломтиками. Соленые огурцы нарезать кружками. Листья салата и зелень укропа вымыть, обсушить, зелень укропа мелко нарубить. Дно салатника выстлать листьями зеленого салата.

Рыбу, овощи, зеленый горошек, майонез и зелень укропа смешать, посолить, поперчить и выложить горкой в салатник. Блюдо украсить кружками соленых огурцов и подать к столу.

Салат «Британия»

Ингредиенты: *200 г филе малосольной скумбрии, 50 г сыра чеддер, 2–3 картофелины, 1 кислое яблоко, 1 морковь, 1 луковица, 2 яйца, 1 пучок зелени петрушки, 250 г низкокалорийного майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе скумбрии нарезать небольшими кусочками. Сыр чеддер нарезать кусочками длиной 1–2 см. Картофель и морковь вымыть, отварить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Яблоко вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать мелкими кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами. Яйца сварить вкрутую и мелко нарубить. Зелень петрушки вымыть, обсушить, мелко нарезать. Все перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.

При подаче к столу украсить сыром чеддер, кольцами лука и зеленью петрушки.

Салат «Весенний»

Ингредиенты: *500 г филе копченой зубатки, 300 г яблок, по 200 г свежих и соленых огурцов, 250 г помидоров, 70 г ягод черной смородины, 50 г зеленого лука, 100 мл оливкового масла, 10 г горчицы, 15 г сахара, 30 мл столового 3 %-ного уксуса, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ягоды черной смородины промыть, обсушить. Филе зубатки нарезать кубиками.

Яблоки, свежие огурцы и помидоры вымыть, нарезать тонкими ломтиками. Зеленый лук вымыть, обсушить и мелко нарубить. Соленые огурцы нарезать соломкой. Рыбу, яблоки, огурцы, помидоры и лук смешать.

Приготовить соус. Для этого растереть горчицу и сахар, тонкой струйкой влить оливковое масло, непрерывно помешивая, затем добавить уксус, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Заправить приготовленным соусом салат, выложить его горкой на блюдо, оформить ягодами черной смородины и подать к столу.

Салат из сайры с лимоном

Ингредиенты: *300 г консервированной сайры в масле, 20 маслин без косточек, 3 яйца, по 1 столовой ложке майонеза и*

лимонного сока, 1 лимон, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Сайру вместе с маслом выложить в глубокую салатницу и размять рыбу вилкой. Зелень укропа вымыть, обсушить и крупно нарубить. Половину маслин нарезать кружочками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Все смешать, посолить и заправить смесью майонеза и лимонного сока. Лимон вымыть, очистить, нарезать тонкими ломтиками.

Готовый салат украсить ломтиками лимона и маслинами.

Салат из сайры и сыра

Ингредиенты: *300 г консервированной сайры, 100 г твердого сыра, 3 столовые ложки сливочного масла, 7 зубчиков чеснока, 80 г зеленого лука, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр натереть на крупной терке. Сайру размять вилкой до образования однородной массы, смешать с сыром, поперчить.

Все тщательно перемешать. Чеснок очистить, вымыть, измельчить и смешать с растопленным сливочным маслом. Сайру с сыром выложить в глубокую салатницу и полить заправкой. Зеленый лук вымыть, обсушить, мелко нарубить и посыпать им салат перед подачей к столу.

Салат из тунца с грибами и лимоном

Ингредиенты: *500 г консервированного тунца, 2 помидора, 150 г маринованных грибов, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки яблочного уксуса, 1 лимон, 1 чайная ложка аджики, 1 пучок зелени петрушки, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Рыбу выложить на блюдо, отделить мясо от костей и нарезать небольшими кусочками. Грибы нарезать тонкими ломтиками. Помидоры вымыть, удалить плодоножку, нарезать небольшими кубиками, смешать с грибами и рыбой, посолить, поперчить, добавить аджику и заправить смесью растительного масла и уксуса. Лимон вымыть, очистить, из одной половины выжать сок, а вторую нарезать тонкими ломтиками. Зелень петрушки вымыть, обсушить и мелко нарубить.

Готовый салат полить лимонным соком, украсить ломтиками лимона и зеленью петрушки. Блюдо охладить и подать к столу.

Салат «Бранденбург»

Ингредиенты: *400 г консервированных шпрот в масле, 150 г ржаных сухариков, 40 г чеснока, 6 яиц, по 100 г консервированного зеленого горошка и кукурузы, 30 мл оливкового масла, зелень укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать кубиками. Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Шпроты нарезать небольшими кусочками. Сухарики, яйца, чеснок, шпроты, зеленый горошек смешать, посолить, поперчить и заправить смесью оливкового масла и масла, оставшегося от шпрот (30–40 мл).

Готовый салат выложить в салатник, украсить консервированной кукурузой и зеленью укропа и подать к столу.

Салат «Балтийский»

Ингредиенты: *300 г консервированных шпрот, 400 г сыра, 50 г сливочного масла, по 100 г маринованных маслят и консервированного зеленого горошка, 150 г огурцов, 70 г чеснока, 60 г майонеза, зелень укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Маринованные грибы нарезать тонкими ломтиками. Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Шпроты размять вилкой со сливочным маслом, добавить чеснок, перемешать. Сыр нарезать тонкими ломтиками. Грибы, зеленый горошек, огурцы, зелень укропа смешать, посолить, по перчить, заправить майонезом.

В центр широкого блюда выложить горкой приготовленный салат. Вокруг разложить ломтики сыра, на каждый ломтик положить немного смеси шпрот и масла.

Перед подачей к столу салат рекомендуется охладить.

Весенний салат из рыбы

Ингредиенты: *300 г вареной рыбы, 1–2 огурца, 150 г редиса, 100 г листьев салата, 100 г зеленого лука, 1 лимон, 250 г маложирной сметаны, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Рыбу нарезать небольшими кусочками. Редис и огурцы

вымыть, нарезать тонкими кружочками. Листья салата измельчить руками. Зеленый лук вымыть и крупно нарезать. Все смешать. Посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и заправить сметаной.

При подаче к столу украсить перьями лука, лимонной цедрой и каннелированными кружочками редиса.

Салат из судака с болгарским перцем

Ингредиенты: *500 г отварного филе судака, 400 г болгарского перца, 50 г чеснока, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 150 г сметаны, 20 мл рисового уксуса, зелень петрушки и базилика, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе судака нарезать небольшими кубиками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, мякоть нарезать соломкой. Чеснок истолочь вместе с грецкими орехами. Зелень петрушки и базилика вымыть, обсушить и мелко нарубить. Все смешать, заправить смесью сметаны и уксуса, посолить, поперчить и подать к столу.

Салат из судака и апельсинов

Ингредиенты: *300 г отварного филе судака, 2 апельсина, 1 луковица, 1 пучок зеленого салата, 1/2 пучка зелени петрушки, 2 столовые ложки очищенных фисташек, 2 столовые ложки оливкового масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Апельсины вымыть, очистить, разделить на дольки, освободить их от пленки и нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зеленый салат вымыть, обсушить, выложить на плоское блюдо. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Фисташки нарубить.

Филе судака нарезать небольшими кусочками, смешать с апельсинами и луком, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом. Приготовленную смесь выложить на листья салата, посыпать фисташками и зеленью петрушки.

Салат из сома с горчичным соусом

Ингредиенты: *300 г отварного филе сома, 4 яйца, 1 луковица,*

1 яблоко, 1 пучок зелени петрушки, 3 столовые ложки горчичного соуса, 1 столовая ложка лимонного сока, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить, нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками и сбрызнуть лимонным соком. Филе сома нарезать кубиками, смешать с яйцами, луком, яблоком и петрушкой. Посолить, перемешать, разложить по тарелкам и полить горчичным соусом.

Салат из минтая с рисом и помидорами

Ингредиенты: *300 г отварного филе минтая, 100 г риса, 100 г майонеза, 2 помидора, 1 луковица, 1 пучок щавеля, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Рис промыть, отварить в подсоленной воде, откинуть на сито, охладить. Помидоры вымыть, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Щавель и зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Филе минтая нарезать кубиками, смешать с рисом, помидорами, луком, щавелем и петрушкой. Посолить, поперчить, добавить майонез, перемешать и выложить в салатник.

Салат «Океан»

Ингредиенты: *300 г отварного филе хека, 100 г консервированной морской капусты, 50 г корня имбиря, 1 красная луковица, 2 огурца, 1 лимон, 45 мл оливкового масла, 3 г сахара, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе хека нарезать кубиками. Корень имбиря очистить, вымыть, мелко нарезать.

Красный лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами. Огурец вымыть и натереть на терке. Подготовленные ингредиенты соединить. Добавить консервированную морскую капусту и тщательно перемешать.

Для приготовления заправки оливковое масло смешать с лимонным соком, сахаром, солью и перцем. Салат заправить и поместить в прохладное место.

При подаче к столу украсить мелко нарезанной цедрой лимона.

Салат из морского языка с морковью

Ингредиенты: *400 г филе морского языка, 3 крупные моркови, 60 г хрена, 1 сладкий красный перец, 1 пучок зелени петрушки, 250 г низкокалорийного майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе морского языка нарезать тонкими полосками. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку с семенами, нарезать кубиками. Все смешать, посолить, поперчить.

Для приготовления соуса хрен очистить, вымыть, натереть на мелкой терке. Петрушку вымыть, обсушить мелко нарубить. Майонез смешать с петрушкой и хреном, взбить венчиком.

Салат уложить горкой, полить соусом и украсить каннелированными кружочками моркови.

Салат из крабовых палочек с овощами

Ингредиенты: *200 г крабовых палочек, 1 крупный помидор, 2 огурца, 1 головка красного репчатого лука, 50 г зелени базилика, 1 пучок зелени укропа, 1 пучок зелени петрушки, 100 г низкокалорийного майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Крабовые палочки нарезать небольшими кусочками. Помидор вымыть, нарезать кубиками. Огурцы вымыть, нарезать тонкой соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень базилика, укропа и петрушки вымыть, обсушить, мелко нарубить. Подготовленные ингредиенты перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.

При подаче к столу украсить веточками базилика, петрушки или укропа.

Салат из крабов с красной икрой

Ингредиенты: *200 г консервированного крабового мяса, 100 г риса, 2 яйца, 40 г красной икры, 100 г зеленого лука, 1 лимон, 100 г низкокалорийного майонеза, 100 мл 35 %-ных сливок, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Крабовое мясо нарезать небольшими кусочками. Рис отварить, промыть и обсушить. Яйца сварить вкрутую и мелко нарубить. Зеленый лук вымыть, обсушить и нарезать кусочками

длиной 1 см. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить красную икру, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Для приготовления соуса майонез смешать со сливками и взбить до образования однородной массы.

Салат полить соусом, украсить перьями лука, ломтиками лимона и кусочками крабов.

Салат из кальмаров со спаржей

Ингредиенты: *300 г очищенных кальмаров, 200 г спаржи, 1 зеленое яблоко, 50 г зелени чабера, 100 г сметаны, 30 мл лимонного сока, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кальмары тщательно промыть, опустить в кипящую подсоленную воду, варить в течение 3 минут, затем откинуть на дуршлаг, обсушить и нарезать тонкими кольцами. Спаржу вымыть, опустить в кипящую подсоленную воду, варить до готовности, затем откинуть на дуршлаг и обсушить. Зеленое яблоко вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать тонкой стружкой. Подготовленные ингредиенты выложить на плоское блюдо, слегка посолить и поперчить.

Для приготовления соуса зелень чабера вымыть, мелко нарубить, смешать со сметаной и лимонным соком.

Салат заправить соусом и украсить веточками чабера.

Салат из кальмаров с луком

Ингредиенты: *400 г очищенных кальмаров, 3 крупные луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 100 мл растительного масла, 3 г сахара, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кальмары тщательно промыть, опустить в кипящую подсоленную воду, варить в течение 3 минут, затем остудить и нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Подготовленный лук посыпать сахаром, обжарить в разогретом растительном масле до золотистого цвета, посолить, поперчить, затем добавить кальмаров и жарить еще несколько минут. Кальмары и лук выложить на плоское блюдо и украсить мелко нарубленной зеленью петрушки.

Салат из креветок

Ингредиенты: *300 г креветок, 250 г отварного риса, 250 г зеленого горошка, 1 пучок зелени укропа, 250 г низкокалорийного майонеза.*

Способ приготовления:

Креветки вымыть, опустить в кипящую подсоленную воду, варить в течение 3 минут, затем очистить. Зелень укропа вымыть и мелко нарубить. Рис смешать с зеленым горошком, зеленью и креветками, заправить майонезом.

При подаче к столу украсить веточками укропа и зеленым горшком.

Закусочный салат с креветками

Ингредиенты:*20–25 креветок, 2 яблока, 1 лимон, 1 маринованный огурец, 50 г измельченных ядер грецких орехов, 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки острого кетчупа, 1 чайная ложка сахара, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Креветки промыть, отварить в подсоленной воде, очистить и нарезать небольшими кусочками. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и натереть на крупной терке. Лимон вымыть, очистить, нарезать мякоть небольшими кусочками и немного отжать сок. Огурец нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Все смешать, посолить и поперчить.

Для приготовления заправки в небольшом соуснике майонез смешать с кетчупом, добавить сахар и нагревать на слабом огне 3–4 минуты, постоянно помешивая. Заправить салат соусом, посыпать орехами, охладить и подать к столу.

Салат из мидий с мандаринами

Ингредиенты: *200 г замороженных мидий, 3 мандарина, 1 пучок зеленого салата, 1/2 пучка зелени петрушки, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки сухого белого вина, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мандарины вымыть, очистить, разделить на дольки. Очистить дольки от пленки. Листья салата вымыть, обсушить, выложить на блюдо. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Мидии припустить на сковороде под крышкой в белом вине, охладить. Выложить на листья салата вместе с дольками мандаринов, посолить, поперчить, полить оливковым маслом. Посыпать салат зеленью

петрушки.

Салат из морского гребешка со свежими овощами

Ингредиенты: *200 г консервированного мяса морского гребешка, 2 помидора, 2 огурца, 1 красная луковица, 1 пучок зеленого салата, по 1/2 пучка зелени укропа и петрушки, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка лимонного сока, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть нарезать полукружиями. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зеленый салат вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть, измельчить. Мясо морского гребешка нарезать небольшими кусочками, смешать с помидорами, огурцами, зеленым салатом, луком, укропом и петрушкой. Посолить, поперчить, перемешать и выложить в салатник. Оливковое масло смешать с лимонным соком и полить салат приготовленной смесью.

Салат «Морская волна»

Ингредиенты: *100 г мускула морского гребешка, 100 г кальмаров, 100 г трепангов, 50 г креветок, 1–2 свежих помидора, 1–2 свежих огурца, 100 г маринованных грибов, 100 г майонеза, 50 г консервированных маслин без косточек, по 50 г зелени петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кальмары, мускул морского гребешка, трепанги и креветки очистить, отварить по отдельности в подсоленной воде, остудить и нарезать небольшими кубиками. Огурцы вымыть, очистить от кожицы и нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Грибы промыть, нарезать небольшими ломтиками. Все смешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.

Готовый салат перед подачей к столу посыпать мелко нарубленной зеленью укропа, украсить веточками петрушки, дольками помидоров и целыми маслинами.

Салат-коктейль из морепродуктов

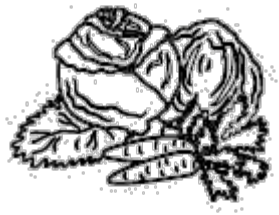
Ингредиенты: *150 г отварных креветок, 150 г консервированных мидий, 150 г консервированных кальмаров, 150 г*

помидоров черри, 1 луковица, 1 огурец, 1 пучок зелени петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сухого белого вина, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, разрезать каждый пополам. Огурец вымыть, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать (несколько веточек оставить для украшения). Смешать морепродукты с помидорами, луком и петрушкой, посолить, поперчить. Полить растительным маслом, смешанным с вином, перемешать и разложить салат по вазочкам. Украсить веточками петрушки.

ЗАКУСКИ ИЗ ЗЕЛЕНИ И ОВОЩЕЙ



Закуска «Дачная»

Ингредиенты: *300 г листьев зеленого салата, 1 столовая ложка горчицы, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Листья салата вымыть, мелко нарезать, выложить в тарелку, посолить, затем заправить смесью растительного масла и горчицы и подать к столу.

Закуска из зеленого салата и чеснока

Ингредиенты: *200 г зеленого салата, 3 столовые ложки растительного масла, 2–3 дольки чеснока, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Листья салата вымыть, мелко нарезать. Чеснок очистить, вымыть и нарубить. Салат смешать с чесноком, посолить, выложить на блюдо, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска «Нежная»

Ингредиенты: *200 г листьев зеленого салата, 2 яйца, сваренных вкрутую, 100 мл простокваши, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Листья салата, зелень петрушки и укропа вымыть и крупно нарезать. Яйца очистить и мелко нарезать. Салат, зелень

петрушки и укропа смешать, посолить, выложить на блюдо, заправить простоквашей, посыпать мелко нарезанными яйцами и подать к столу.

Закуска из зеленого салата с редисом

Ингредиенты: *2 пучка зеленого салата, 1 пучок редиса, по 1 пучку зелени петрушки и кинзы, 50 мл растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый салат вымыть, нарезать тонкими полосками, зелень петрушки и кинзы вымыть, измельчить.

Редис вымыть и нарезать тонкими кружочками.

К листьям салата добавить зелень, редис, посолить и заправить растительным маслом.

Закуска из зеленого салата с оливками

Ингредиенты: *2 пучка зеленого салата, 150 г маринованных оливок без косточек, 1 помидор, 100 мл оливкового масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый салат вымыть и нарезать узкими полосками. Оливки измельчить. Помидор вымыть, удалить плодоножку, нарезать небольшими кубиками. Листья салата смешать с оливками, добавить помидор, посолить, заправить оливковым маслом.

Закуска из шпината

Ингредиенты: *500 г листьев шпината, 3 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Листья шпината вымыть, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и остудить. Шпинат выложить на блюдо, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из шпината и яиц

Ингредиенты: *500 г листьев шпината, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 лимон, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 3 столовые*

ложки растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Шпинат вымыть, варить в течение 10 минут в кипящей подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг, остудить и крупно нарезать.

Яйца очистить и измельчить. Лимон вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Шпинат сбрызнуть уксусом, посолить, смешать с яйцами, выложить на блюдо, заправить растительным маслом, украсить ломтиками лимона и подать к столу.

Закуска из шпината и орехов

Ингредиенты: *500 г листьев шпината, 2 яйца, сваренных вкрутую, 100 г ядер грецких орехов, 200 мл простокваши, 2–3 дольки чеснока, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Шпинат вымыть, отварить на пару и остудить. Чеснок очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Яйца очистить и нарубить. Ядра грецких орехов измельчить. Шпинат смешать с орехами, посолить, выложить на блюдо, заправить простоквашей, посыпать чесноком и рублеными яйцами и подать к столу.

Закуска из шпината и зелени

Ингредиенты: *300 г шпината, 100 г щавеля, 2 пучка зеленого лука, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки столового 3 %-ного уксуса, 10 консервированных маслин без косточек, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Шпинат и зелень вымыть и некрупно нарезать, затем сбрызнуть уксусом, посолить, полить растительным маслом и перемешать. Готовую закуску украсить маслинами и подать к столу.

Закуска из щавеля

Ингредиенты: *400 г щавеля, 1 столовая ложка лимонного сока, 3–4 столовые ложки нерафинированного растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Щавель вымыть, нарезать полосками, посолить, сбрызнуть

лимонным соком, выложить на блюдо, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из щавеля и чеснока

Ингредиенты:*500 г щавеля, 2–3 яйца, сваренных вкрутую, 100 г сметаны, 2–3 дольки чеснока, 20 г зелени чеснока, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Щавель вымыть и мелко нарезать. Яйца очистить, натереть на крупной терке.

Чеснок очистить, вымыть и нарубить. Зеленый лук и зелень чеснока вымыть и мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть. Щавель смешать с яйцами, чесноком, нарезанным луком, посолить, выложить на блюдо, заправить сметаной, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из зеленого салата с помидорами

Ингредиенты: *2 пучка зеленого салата, 3 помидора, 50 мл оливкового масла, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый салат вымыть, нарезать тонкими полосками. Помидоры вымыть, нарезать маленькими кубиками.

Смешать помидоры с зеленым салатом, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом.

Закуска из зеленого салата с огурцами

Ингредиенты: *2 пучка зеленого салата, 2 огурца, 100 мл оливкового масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый салат вымыть, нарезать широкими полосками. Огурцы вымыть и натереть на крупной терке. Огурцы смешать с листьями салата, посолить и заправить оливковым маслом.

Закуска из зелени с грецким орехом

Ингредиенты:*по 1 пучку зелени кинзы, укропа, петрушки, 100 г очищенных измельченных грецких орехов, 1 помидор, 3 столовые*

ложки майонеза, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Зелень петрушки, укропа и кинзы вымыть и мелко нарезать. Помидор вымыть, удалить плодоножку и нарезать мелкими кубиками. Добавить грецкие орехи, посолить и заправить майонезом.

Закуска из зелени с приправами

Ингредиенты: *2 пучка зелени петрушки, по 1 пучку зелени укропа, кинзы, базилика, 2 столовые ложки тмина, кунжута и жареных очищенных семян подсолнечника, 100 мл растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень петрушки, кинзы, базилика и укропа вымыть и мелко нарезать. Добавить тмин, кунжут, семена подсолнечника, посолить и заправить растительным маслом.

Закуска из помидоров и хрена

Ингредиенты: *3–4 помидора, 100 г хрена, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать ломтиками. Зелень укропа вымыть. Корень хрена вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Тертый хрен смешать с помидорами. Закуску посолить, заправить растительным маслом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из помидоров и листового салата

Ингредиенты: *3–4 помидора, 400 г листового салата, 4 столовые ложки оливкового масла, 1–2 дольки чеснока, зелень базилика, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками, посолить и поперчить. Листья салата вымыть и крупно нарезать. Зелень базилика вымыть. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Кружочки помидоров и листья салата выложить на блюдо, посыпать измельченным чесноком, полить оливковым маслом, украсить листиками базилика и подать к столу.

Закуска из помидоров и ветчины

Ингредиенты: *4 помидора, 200 г ветчины, 100 г сыра, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, срезать у них верхушку и вынуть ложкой мякоть. Ветчину нарезать кубиками, перемешать с измельченной мякотью помидоров и натертым сыром и посолить. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать и добавить к ветчине.

Полученную массу поперчить и нафаршировать ею помидоры. Помидоры выложить на противень, поместить в предварительно разогретую духовку и запекать в течение 15 минут при температуре 200 °С.

Закуска из помидоров по-татарски

Ингредиенты: *4–5 помидоров, 5 яиц, 2 столовые ложки растительного масла, 2 луковицы, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 долька чеснока, 1 чайная ложка острого кетчупа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Чеснок очистить и истолочь. Лук очистить, нарезать кольцами, уложить в эмалированную посуду, сбрызнуть уксусом. Помидоры вымыть, очистить от кожицы, нарезать дольками, положить в горшочек, добавить толченый чеснок, перец, соль, кетчуп, растительное масло, влить немного воды и нагревать на огне в течение 10 минут. Затем залить помидоры яйцами и нагревать полученную смесь еще 15 минут. Закуску выложить на блюдо и оформить кольцами маринованного лука.

Закуска из помидоров по-украински

Ингредиенты: *4–5 помидоров, 300 г болгарского перца, 100 г соленого свиного сала, 5 яиц, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять с них кожицу, удалить семена, нарезать дольками. Сало нарезать кубиками, жарить на сковороде до вытапливания жира, затем переложить в горшочек, добавить помидоры, влить немного воды и нагревать в течение 10 минут. Болгарский перец вымыть, испечь в духовке, снять с него кожицу и удалить семена. Перец нарезать дольками,

добавить в горшочек, залить взбитыми яйцами, перемешать, посолить, поперчить и нагревать на огне в течение 5 минут.

Закуска из огурцов и зеленого лука

Ингредиенты: *2–3 огурца, 1 пучок зеленого лука, 50 г сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить и нарезать кубиками. Зеленый лук вымыть и нарубить. Огурцы перемешать с зеленым луком, посолить, заправить смесью сметаны и растительного масла и подать к столу.

Закуска из огурцов со сметаной

Ингредиенты: *2–3 огурца, 2 яйца, сваренных вкрутую, 200 г листьев салата, 150 г сметаны, 1 столовая ложка лимонного сока, зеленый лук, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы и зелень вымыть. Яйца очистить и крупно нарезать. Огурцы нарезать кружочками и смешать с крупно нарезанными яйцами. Листья салата и зеленый лук мелко нарезать, добавить к огурцам. В сметану добавить лимонный сок, соль и перемешать. Приготовленным соусом заправить закуску, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из помидоров и лука

Ингредиенты:*4–5 помидоров, 3 луковицы, 150 г тертого сыра, 100 г сметаны, 50 г майонеза, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами и сбрызнуть уксусом. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Кружочки помидоров выложить на блюдо, посолить, поперчить, посыпать тертым сыром, полить смесью сметаны и майонеза. Готовую закуску украсить кольцами лука, посыпать мелко нарезанной петрушкой и подать к столу.

Огурцы, фаршированные яйцами и зеленым луком

Ингредиенты: *5–6 огурцов, 3 яйца, сваренных вкрутую, 2 пучка зеленого лука, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, разрезать вдоль и пополам, удалить из середины семена и мякоть, посолить, поперчить и оставить на 10 минут. Зеленый лук вымыть и нарубить. Яйца очистить и натереть на мелкой терке. Яйца и лук перемешать и наполнить этой смесью половинки огурцов. Половинки огурцов соединить, перевязать нитками, уложить в кастрюлю, налить немного воды, добавить растительное масло, майонез и томатную пасту и нагревать на огне в течение 5–7 минут. Огурцы выложить на блюдо и полить оставшимся от тушения соусом.

Закуска из соленых огурцов и рыбы

Ингредиенты:*4 соленых огурца, 200 г филе рыбы, 1 луковица, 1–2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка хмели-сунели, 1 столовая ложка томатной пасты, 1–2 дольки чеснока, 1 лавровый лист, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе рыбы промыть, пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить хмели-сунели и перемешать. Соленые огурцы разрезать пополам, вырезать сердцевину, наполнить приготовленным фаршем и сложить половинки огурца. Лук и чеснок мелко нарезать, обжарить в растительном масле, добавить томатную пасту, лавровый лист, влить 100 мл воды и оставить на 5–10 минут на сильном огне. Затем снять с огня и охладить. Огурцы залить приготовленным соусом, посыпать измельченной зеленью и подать к столу.

Закуска из болгарского перца

Ингредиенты:*3–4 болгарских перца, 1 луковица, 1–2 дольки чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки столового уксуса, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножки и семена и нарезать полукольцами. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами и смешать с болгарским перцем. Зелень петрушки вымыть. Чеснок

очистить, вымыть и измельчить. Уксус смешать с растительным маслом, добавить чеснок, соль и перец. Приготовленным соусом заправить закуску, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из болгарского перца и сыра

Ингредиенты: *300 г болгарского перца, 200 г сыра, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 2 яйца, 20 г сливочного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, разрезать пополам, удалить семена. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Яйца взбить. Сыр натереть на крупной терке.

Болгарский перец смазать растительным маслом и запечь, затем переложить в смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями горшочек, посолить, посыпать тертым сыром, полить взбитыми яйцами и нагревать на огне в течение 5–7 минут. Закуску выложить на блюдо и посыпать зеленью петрушки.

Закуска из болгарского перца с сырным кремом

Ингредиенты: *2 болгарских перца, 1 луковица, 150 г сыра, 100 г нежирного творога, 10 маслин, 3 чайные ложки горчицы, 1 пучок петрушки, 1/2 чайной ложки перца красного молотого, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Сыр натереть на мелкой терке, лук мелко нарезать, у перцев срезать верх. Сыр и творог перемешать, добавить горчицу, нарезанный лук, нарубленную зелень петрушки, красный перец и соль.

Подготовленные стручки перца наполнить сырным кремом и разрезать на кольца шириной 4–5 мм. Украсить маслинами и зеленью петрушки.

Закуска из болгарского перца и грибов

Ингредиенты: *3 болгарских перца, 250 г белых грибов, 100 г*

отварного риса, 70 г сыра, 2 моркови, 1 луковица, 1 долька чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, соль, перец красный и черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена и разрезать пополам вдоль. Грибы промыть, нарезать тонкими ломтиками. Морковь очистить, вымыть, нарезать соломкой. Лук и чеснок очистить, вымыть, измельчить, обжарить вместе с грибами и морковью в растительном масле. Добавить рис, посолить, поперчить, наполнить полученной массой половинки перца.

Выложить их на противень, посыпать натертым на мелкой терке сыром и запечь в предварительно разогретой духовке.

Закуску подать к столу в горячем виде.

Закуска из редиса

Ингредиенты: *200 г редиса, 6 ломтиков хлеба, 50 г майонеза, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Редис, зеленый лук и зелень вымыть. Редис нарезать кружочками, выложить на хлеб, намазанный майонезом, посолить, поперчить и посыпать измельченной зеленью.

Украсить веточками петрушки и укропа и подать к столу.

Закуска из редиса и листового салата

Ингредиенты: *350 г редиса, 150 г листового салата, 100 г майонеза, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редис вымыть и нарезать кружочками. Листья салата вымыть и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Редис перемешать с листовым салатом и зеленью укропа, посолить, выложить на блюдо, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из редиса и ревеня

Ингредиенты: *150 г редиса, 250 г ревеня, 5 яиц, сваренных вкрутую, 1 пучок зеленого лука, 150 г сметаны, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ревень вымыть, очистить и нарезать. Редис вымыть и нарезать

кружочками. Яйца очистить, мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Ревень смешать с редисом и яйцами, посолить, поперчить, выложить на блюдо, заправить сметаной, посыпать зеленым луком и подать к столу.

Закуска из редиса и огурцов

Ингредиенты: *250 г редиса, 2 огурца, 2 яйца, сваренных вкрутую, 50 г сметаны, 1 пучок зеленого лука, зелень укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редис и огурцы вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Яйца очистить и нарубить. Зеленый лук вымыть и нашинковать. Зелень укропа вымыть. Редис смешать с зеленым луком и огурцами, посолить, заправить сметаной, выложить на блюдо, посыпать рублеными яйцами, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из редиса и сыра

Ингредиенты: *200 г редиса, 100 г сыра твердых сортов, 1 огурец, 2–3 столовые ложки майонеза, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, листья зеленого салата, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать тонкими ломтиками. Редис вымыть, измельчить и сбрызнуть уксусом. Огурец вымыть и нарезать кружочками. Листья зеленого салата вымыть и выстелить ими блюдо. Ломтики сыра выложить на листья салата, сверху выложить редис, посолить, полить майонезом, украсить кружочками огурца и подать к столу.

Закуска из лука и помидора

Ингредиенты: *2 луковицы, 1 помидор, 3 столовые ложки лимонного сока, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обдать кипятком, посыпать сахаром, полить лимонным соком и оставить на 10 минут. Помидор вымыть и нарезать кружочками. Лук выложить на блюдо, посолить, поперчить, заправить растительным маслом,

украсить кружочками помидора и подать к столу.

Закуска из лука и соленых огурцов

Ингредиенты: *4 луковицы, 2 соленых огурца, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом. Соленые огурцы нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть.

Кольца лука выложить на блюдо, сверху положить соленые огурцы, заправить растительным маслом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из лука и яблок

Ингредиенты: *3–4 луковицы, 2–3 яблока, 100 г майонеза, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать тонкими кольцами. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и натереть на крупной терке. Зеленый лук вымыть и нарубить. Лук перемешать с яблоками и зеленым луком, посолить, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из хрена с уксусом

Ингредиенты: *300 г корня хрена, 3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 2 чайные ложки сахара, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Хрен очистить, вымыть, натереть на терке, положить в керамическую посуду, влить 2 стакана воды, добавить уксус, сахар и соль, перемешать и поставить в прохладное место. Зелень укропа вымыть. Готовую закуску выложить на блюдо, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из хрена с лимоном

Ингредиенты: *200 г корня хрена, 1 лимон, 1 столовая ложка*

3 %-ного столового уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Корень хрена очистить, вымыть, натереть на крупной терке и сбрызнуть уксусом, затем посыпать сахаром и дать настояться. Лимон вымыть и нарезать кружочками. Тертый хрен выложить на блюдо, посолить, сбрызнуть растительным маслом, украсить кружочками лимона и подать к столу.

Закуска из спаржи

Ингредиенты: *500 г спаржи, 3 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Спаржу вымыть, очистить, крупно нарезать, затем отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, остудить, посолить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из моркови и хрена

Ингредиенты: *2–3 моркови, 100 г хрена, 50 г майонеза, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и корень хрена вымыть, очистить, натереть на крупной терке и сбрызнуть уксусом. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Морковь и хрен перемешать, посолить, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из моркови и крапивы

Ингредиенты: *4 моркови, 50 г рубленой крапивы, 4 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка измельченных ядер грецких орехов, 1 столовая ложка лимонного сока, 4 дольки чеснока, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Зеленый лук вымыть и нарезать. Морковь смешать с чесноком, орехами и крапивой, посолить, сбрызнуть лимонным соком, заправить

майонезом, выложить на блюдо, посыпать зеленым луком и подать к столу.

Закуска из моркови и чеснока

Ингредиенты: *4 моркови, 150 г майонеза, 3–4 дольки чеснока, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Морковь и чеснок перемешать, заправить майонезом, еще раз перемешать и подать к столу.

Закуска из моркови и лука-порея

Ингредиенты: *3–4 моркови, 200 г лука-порея, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, отварить, очистить и нарезать соломкой. Лук-порей вымыть, нарезать и жарить на растительном масле в течение 5 минут. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Морковь смешать с луком-пореем, посолить, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из моркови и тмина

Ингредиенты: *200 г моркови, 100 г сметаны, 1 чайная ложка тмина, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Затем добавить тмин, соль, перемешать, выложить на блюдо, заправить сметаной и подать к столу.

Закуска «Летняя»

Ингредиенты: *2–3 моркови, 1 корень петрушки, 100 г сметаны, 1/2 чайной ложки горчицы, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и корень петрушки очистить, вымыть и натереть на терке. Сметану и горчицу перемешать, добавить соль и перец. Полученным соусом заправить овощи и украсить зеленью петрушки.

Закуска из моркови и репы

Ингредиенты: *500 г моркови, 2 репы, 1 яблоко, 1 апельсин, 3 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и репу вымыть, очистить, натереть на крупной терке и сбрызнуть уксусом. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, мякоть нарезать соломкой, посыпать сахаром и сбрызнуть лимонным соком. Апельсин очистить и нарезать тонкими кружочками. Морковь и репу перемешать с яблоком, посолить, выложить на блюдо, заправить растительным маслом, украсить кружочками апельсина и подать к столу.

Закуска из моркови и яблок

Ингредиенты: *300 г моркови, 3 яблока, 100 г сметаны, 2 чайные ложки лимонного сока, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке и сбрызнуть лимонным соком. Морковь перемешать с яблоками, посолить, заправить сметаной, выложить на блюдо и подать к столу.

Закуска из моркови, яблок и лука

Ингредиенты: *300 г моркови, 2–3 кислых яблока, 1–2 луковицы, 50 г хрена, 100 г майонеза, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и хрен очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть и нашинковать. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать кубиками. Зелень петрушки и укропа вымыть и мелко нарезать. Морковь смешать с корнем

хрена, луком, яблоками и зеленью укропа, сбрызнуть уксусом и посолить. Готовую закуску заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из моркови и сыра

Ингредиенты: *3–4 моркови, 200 г тертого сыра, 100 г белокочанной капусты, 1 лимон, 1 пучок зеленого лука, 3 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Капусту вымыть, нашинковать, сбрызнуть уксусом. Лимон вымыть и нарезать тонкими кружочками. Зеленый лук вымыть и нарубить. Морковь смешать с сыром, капустой, луком, посолить, выложить на блюдо, заправить сметаной, украсить кружочками лимона и подать к столу.

Закуска из моркови и огурцов

Ингредиенты: *3–4 моркови, 2–3 огурца, 100 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть. Морковь смешать с огурцами, посолить, заправить сметаной, выложить на блюдо, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из моркови и петрушки

Ингредиенты: *3–4 моркови, 100 г сметаны, 3 пучка зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и натереть на мелкой терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Морковь смешать с зеленью петрушки, посолить, заправить сметаной, выложить на блюдо и подать к столу.

Закуска из моркови и грецких орехов

Ингредиенты: *300 г моркови, 100 г майонеза, 3 столовые*

ложки измельченных ядер грецких орехов, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Морковь очистить и натереть на мелкой терке, затем смешать с орехами, посолить, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из моркови и помидоров

Ингредиенты: *4 моркови, 1–2 помидора, 1–2 болгарских перца, 3 яйца, сваренных вкрутую, 1 лимон, 3 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 2 дольки чеснока, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, мелко нарезать. Петрушку вымыть и нарубить. Помидоры вымыть и нарезать. Яйца очистить и нарубить. Лимон вымыть, нарезать тонкими кружочками. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Морковь перемешать с болгарским перцем, помидорами, яйцами, чесноком, добавить перец и соль. Закуску заправить растительным маслом, посыпать зеленью петрушки, украсить кружочками лимона и подать к столу.

Закуска из свеклы и зелени

Ингредиенты: *2–3 свеклы, 100 г майонеза, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Свеклу вымыть, испечь в духовке, очистить, нарезать соломкой. Зелень петрушки и укропа вымыть и крупно нарезать. Свеклу посолить, поперчить, добавить нарезанную зелень, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из свеклы и хрена

Ингредиенты: *3–4 свеклы, 1 корень хрена, 50 мл растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 чайные ложки лимонного сока, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Свеклу вымыть, отварить, очистить, остудить, нарезать соломкой и сбрызнуть уксусом. Корень хрена вымыть, очистить, натереть на крупной терке, сбрызнуть лимонным соком. Свеклу

смешать с хреном, посолить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из свеклы и зеленого горошка

Ингредиенты: *3 свеклы, 150 г консервированного зеленого горошка, 100 г тертого хрена, 100 г майонеза, 1 столовая ложка лимонного сока, 2 чайные ложки горчицы, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Свеклу вымыть, отварить, очистить, натереть на крупной терке. Тертый хрен сбрызнуть лимонным соком. Свеклу смешать с хреном и зеленым горошком, добавить горчицу и соль, выложить на блюдо, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из свеклы, картофеля и фасоли

Ингредиенты: *3 свеклы, 3 клубня картофеля, 1 болгарский перец, 150 г консервированной белой фасоли, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Свеклу и картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Перец вымыть, удалить плодоножку и семена и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Свеклу и картофель смешать с болгарским перцем, фасолью, посолить, поперчить, заправить растительным маслом, выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Горячая закуска из свеклы

Ингредиенты: *3–4 свеклы, 1 луковица, 100 мл растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка тмина, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Свеклу вымыть, отварить, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Горячую свеклу смешать с луком и тмином, посолить и заправить смесью растительного масла и уксуса.

Закуска из редьки и граната

Ингредиенты: *3–4 редьки, 1 гранат.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Из одной половины граната выжать сок. Редьку выложить на блюдо, полить соком, украсить зернами второй половины граната и подать к столу.

Закуска из редьки и моркови

Ингредиенты: *2 редьки, 50 г майонеза, 2 моркови, 3–4 дольки чеснока, 1 лимон, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть, растереть с лимонной цедрой и добавить к овощам. Готовую закуску посолить, поперчить, полить лимонным соком, заправить майонезом, перемешать и украсить веточками укропа.

Закуска из редьки и фисташек

Ингредиенты: *3–4 редьки, 100 г очищенных фисташек, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить, натереть на крупной терке, обдать кипятком, откинуть на дуршлаг, остудить и посолить. Ядра фисташек пропустить через мясорубку, смешать с редькой, выложить горкой на тарелку и подать к столу.

Закуска из редьки и лука

Ингредиенты: *3–4 редьки, 2 помидора, 2 луковицы, 100 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, натереть на крупной терке, посолить. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Зелень петрушки вымыть. Редьку смешать с луком, поперчить, заправить сметаной, выложить на блюдо, украсить ломтиками помидоров и веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из редьки и зелени петрушки

Ингредиенты: *400 г редьки, 100 г сметаны, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 пучка зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить, натереть на крупной терке, посолить и сбрызнуть уксусом. Зелень петрушки вымыть и нарезать. Редьку смешать с зеленью петрушки, выложить на блюдо, полить сметаной и подать к столу.

Закуска из редьки с творогом

Ингредиенты: *1 редька, 100 г творога, 50 г очищенных грецких орехов, 2 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить, нарезать соломкой и посыпать сахаром. Грецкие орехи измельчить. Творог протереть через сито, посолить, смешать с редькой и орехами. Готовую закуску выложить на блюдо, полить сметаной и подать к столу.

Закуска из редьки и помидоров

Ингредиенты: *2 редьки, 2 помидора, 1 огурец, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, по 1 пучку зелени петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Огурец вымыть и нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами и сбрызнуть уксусом. Зелень петрушки и укропа вымыть и мелко нарезать. Редьку соединить с помидорами, огурцом, луком, посолить, поперчить, заправить растительным маслом, выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и укропа и подать к столу.

Закуска из редьки и капусты

Ингредиенты: *2–3 редьки, 100 г капусты, 2 моркови, 2 яблока, 50 г сметаны, 100 г майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и редьку вымыть, очистить и натереть на крупной

терке. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и мелко нарезать. Капусту вымыть и нашинковать. Редьку и морковь смешать с капустой и яблоками, посолить, выложить на блюдо, заправить смесью майонеза и сметаны и подать к столу.

Закуска из редьки и квашеной капусты

Ингредиенты: *2 редьки, 200 г квашеной капусты, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

Квашеную капусту нашинковать и посыпать сахаром. Редьку смешать с капустой и луком, посолить, заправить растительным маслом, выложить на блюдо и подать к столу.

Закуска из редьки и маринованных огурцов

Ингредиенты: *3–4 редьки, 2–3 маринованных огурца, 5 столовых ложек растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Маринованные огурцы нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть и нарубить. Редьку смешать с огурцами, посолить, выложить на блюдо, полить растительным маслом, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Острая закуска из редьки

Ингредиенты: *3–4 редьки, 2–3 моркови, 100 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка красного молотого перца, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку и морковь вымыть, нарезать соломкой, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом и оставить на 15 минут. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Редьку и морковь залить разогретым растительным маслом, выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из редьки и грецких орехов

Ингредиенты: *2 редьки, 1 луковица, 60 г очищенных грецких орехов, 100 г майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, нашинковать и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Грецкие орехи обжарить на сковороде (без масла), затем измельчить. Редьку смешать с луком и грецкими орехами, посолить, выложить на блюдо, заправить майонезом и подать к столу.

Баклажаны с майонезом

Ингредиенты: *3–4 баклажана, 100 г майонеза, 3–4 дольки чеснока, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, запечь в духовке, затем остудить, снять кожицу и мелко нарезать. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Баклажаны выложить на блюдо, посолить, поперчить, посыпать чесноком, заправить майонезом, украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Рулетики из баклажанов

Ингредиенты: *3–4 баклажана, 100 мл растительного масла, 100 г майонеза, 2–3 дольки чеснока, 50 г грецких орехов, зелень кинзы и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны и зелень вымыть. Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Баклажаны нарезать вдоль, посолить и обжарить в растительном масле. Не остужая, смазать баклажаны с одной стороны майонезом, посыпать измельченными орехами, зеленью и чесноком, поперчить. Свернуть баклажаны рулетиками и закрепить зубочистками. Рулетики можно подавать как в холодном, так и горячем виде.

Закуска из баклажанов и лука

Ингредиенты: *300 г баклажанов, 1–2 луковицы, 1–2 столовые*

ложки растительного масла, 1 чайная ложка столового уксуса, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, испечь в духовке, очистить, мякоть мелко нарубить. Затем добавить лук, нарезанный кольцами, растительное масло, уксус, соль, перец и все перемешать.

Закуску можно подавать с поджаренным хлебом.

Закуска из баклажанов и яиц

Ингредиенты: *3 баклажана, 3 яйца, сваренных вкрутую, 50 г сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, очистить и нарезать кубиками. Яйца очистить и нарубить.

Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Баклажаны посолить, поперчить и жарить в растительном масле в течение 5–7 минут, затем остудить, смешать с яйцами, заправить сметаной, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Баклажаны с сыром

Ингредиенты: *300 г баклажанов, 100 г тертого сыра, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки лимонного сока, 2–3 дольки чеснока, цедра 1 лимона, зелень базилика, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, нарезать тонкими ломтиками, обжарить в разогретом растительном масле с двух сторон. Базилик вымыть, нарезать тонкими полосками. Чеснок очистить и вымыть. Смешать мелко нарубленный чеснок, базилик, сок и цедру лимона, добавить соль и перец. Полить приготовленным соусом горячие ломтики баклажана, посыпать сыром, украсить листиками базилика и подать к столу.

Закуска из баклажанов и болгарского перца

Ингредиенты: *3–4 баклажана, 2 болгарских перца, 1 стручок горького перца, 2 помидора, 3–4 столовые ложки растительного*

масла, 50 г сливочного масла, 2 дольки чеснока, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, обрезать с двух концов, очистить, нарезать маленькими кусочками, уложить в кастрюлю, залить водой, посолить, добавить растительное масло и варить 10–15 минут. Болгарский и горький перец вымыть, удалить плодоножки и семена, мякоть мелко нарезать и обжарить в сливочном масле. Помидоры вымыть, нарезать дольками. Чеснок очистить, вымыть и нарубить. К баклажанам добавить помидоры, обжаренный перец и варить до полного выпаривания жидкости. Готовую закуску посыпать рубленым чесноком и подать к столу.

Закуска из баклажанов по-житомирски

Ингредиенты: *3–4 небольших баклажана, 1 помидор, 1 болгарский перец, 1 луковица, сок из 2 лимонов, 100 мл растительного масла, 5–6 маслин без косточек, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть и очистить. Перец нарезать соломкой. Лук нарезать кольцами, помидор – дольками. Баклажаны испечь в духовке, очистить от кожицы и выложить в сковороду с разогретым растительным маслом. Посолить, поперчить, полить лимонным соком и тушить до готовности. Затем снова добавить лимонный сок.

Готовые баклажаны выложить на блюдо, полить соком, образовавшимся при тушении, украсить овощами, маслинами, посыпать мелко нарезанной зеленью и подать к столу.

Закуска из баклажанов, чеснока и зелени

Ингредиенты: *300 г баклажанов, 30 мл растительного масла, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки сметаны, 3–4 дольки чеснока, 2 столовые ложки томатной пасты, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, очистить от кожицы, обрезать с двух концов, обдать кипятком, нарезать кружочками, запанировать в муке и жарить до готовности в растительном масле. Чеснок очистить, вымыть и нарезать. Зелень петрушки и укропа вымыть. Обжаренные баклажаны переложить на блюдо, посыпать мелко нарезанным чесноком и зеленью. В сковороду, где жарились

баклажаны, добавить сметану, томатную пасту, массу посолить и держать на огне 2–3 минуты, постоянно помешивая. Полить баклажаны получившимся соусом и подать к столу.

Закуска из баклажанов и помидоров

Ингредиенты: *4 молодых баклажана, 3–4 помидора, 3 дольки чеснока, 50 мл растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, очистить и нарезать кубиками. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Баклажаны выложить в сковороду, посолить, поперчить, добавить 3 столовые ложки растительного масла и жарить в течение 10–15 минут, затем остудить, посыпать чесноком и перемешать. Оставшееся растительное масло смешать с уксусом и полить этой смесью баклажаны, выложить их на блюдо, украсить дольками помидоров, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из баклажанов и моркови

Ингредиенты: *3–4 баклажана, 2 моркови, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 20 г сливочного масла, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, очистить и нарезать кубиками. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть. Баклажаны, морковь и лук выложить в сковороду, посолить, поперчить, добавить растительное масло и жарить в течение 5–7 минут на среднем огне, затем положить сливочное масло, влить немного воды и тушить до готовности. Готовую закуску украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из баклажанов по-узбекски

Ингредиенты: *400 г баклажанов, 3 помидора, 100 г кабачков, 10 маслин без косточек, 100 мл оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень вымыть и мелко нарезать. Баклажаны, кабачки и помидоры вымыть, очистить, нарезать ломтиками, затем выложить на сковороду, посолить, поперчить, полить оливковым маслом и тушить в течение 20 минут. Затем добавить маслины, перемешать и тушить в течение 5–7 минут.

Готовую закуску украсить веточками петрушки и подать к столу.

Печеные баклажаны

Ингредиенты: *3–4 баклажана, 2 помидора, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, испечь в духовке, очистить от кожицы и нарезать полосками. Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Зелень петрушки и укропа вымыть и нарезать. Баклажаны выложить на блюдо, посолить, поперчить, полить смесью уксуса и растительного масла, украсить кружочками помидоров, посыпать зеленью петрушки и укропа и подать к столу.

Кабачки с чесноком

Ингредиенты: *500 г кабачков, 2–3 яйца, 5 столовых ложек растительного масла, 4 столовые ложки муки, 50 г майонеза, 3 дольки чеснока, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Зелень укропа вымыть. Кабачки посолить, смазать взбитыми яйцами, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон в растительном масле. Затем выложить на блюдо, посыпать чесноком, смазать майонезом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из кабачков и помидоров

Ингредиенты: *300 г кабачков, 4 помидора, 2 луковицы, 100 г майонеза, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нашинковать. Зелень укропа вымыть

и мелко нарезать.

Кабачки вымыть, очистить от кожуры, натереть на крупной терке и посолить. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками, смешать с кабачками, луком и цедрой, заправить майонезом, выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Кабачки, тушенные в томатном соусе

Ингредиенты: *500 г кабачков, 1 луковица, 100 мл растительного масла, 4 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Зелень укропа вымыть и мелко нарезать. Кабачки вымыть, очистить, посолить, выложить на сковороду, добавить лук, влить 1 столовую ложку растительного масла и обжарить до золотистого цвета, затем поперчить, добавить томатную пасту и лимонный сок, оставшееся растительное масло, немного воды и тушить до готовности на слабом огне. Кабачки выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа, полить оставшимся от тушения соусом и подать к столу.

Закуска из кабачков с капустой

Ингредиенты: *500 г кабачков, 200 г белокочанной капусты, 1 луковица, 100 мл растительного масла, 50 г сметаны, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать и сбрызнуть уксусом. Лук очистить, вымыть и нашинковать. Капусту смешать с кабачками и луком, посолить и слегка обжарить в растительном масле, затем влить немного воды и тушить в течение 10–15 минут. Готовую закуску выложить на блюдо, полить сметаной и подать к столу.

Закуска из кабачков с морковью и луком

Ингредиенты: *500 г кабачков, 3 моркови, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка майонеза, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать соломкой. Морковь очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень укропа вымыть. Кабачки смешать с морковью и луком, выложить в сковороду, посолить, поперчить и тушить в растительном масле на слабом огне до готовности. Готовую закуску заправить майонезом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из баклажанов и кабачков

Ингредиенты: *3 баклажана, 1 кабачок, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, 2–3 дольки чеснока, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачок и баклажаны вымыть, обрезать с двух концов, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами.

Чеснок очистить, вымыть и измельчить с помощью чеснокодавилки. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Кабачок и баклажаны перемешать с луком, выложить на сковороду, посолить, добавить растительное масло и жарить на среднем огне в течение 10–15 минут.

Затем выложить на блюдо, посыпать чесноком и зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из кабачков и шампиньонов

Ингредиенты: *500 г кабачков, 300 г шампиньонов, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать соломкой. Грибы промыть, очистить и нарезать ломтиками. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Кабачки смешать с грибами и жарить на растительном масле на сильном огне в течение 3–5 минут. Затем убавить огонь до минимума, влить немного воды, посолить, поперчить, добавить сметану и тушить до готовности.

Готовую закуску выложить на блюдо, полить майонезом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из кабачков, яиц и сыра

Ингредиенты: *500 г кабачков, 3 яйца, 100 г сыра, 20 г сливочного масла, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать кружочками и обжарить в растительном масле. Сыр натереть на крупной терке, яйца взбить. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Кружочки кабачков выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями форму, посолить, поперчить, залить яйцами, посыпать тертым сыром и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 5–7 минут. Закуску выложить на блюдо, разрезать на порционные куски, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из кабачков и мяса крабов

Ингредиенты: *300 г кабачков, 200 г консервированного мяса крабов, 100 г консервированной кукурузы, 1 огурец, 1 морковь, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 150 г майонеза, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Кабачки очистить, разрезать пополам, запечь в духовке, затем остудить и нарезать соломкой. Морковь отварить, очистить и нарезать соломкой. Яйцо очистить. Огурец, яйцо и зелень мелко нарезать. Мясо крабов нарезать кусочками. Кабачки смешать с огурцом, яйцом, морковью, мясом крабов, кукурузой, зеленью, посолить, поперчить, заправить майонезом, перемешать.

Готовую закуску выложить на блюдо и подать к столу. Можно украсить зеленым горошком.

Острая закуска из патиссонов

Ингредиенты: *300 г патиссонов, 1 стручок горького перца, 2–3 луковицы, 100 г майонеза, 1 столовая ложка тертого хрена, 2 чайные ложки горчицы, 1–2 дольки чеснока, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Патиссоны вымыть, очистить, натереть на крупной терке,

обдать кипятком, посолить. Перец вымыть, удалить плодоножку и семена, мякоть мелко нарезать. Лук и чеснок очистить, вымыть и измельчить. Зеленый лук вымыть и нарубить. Патиссоны смешать с луком, острым перцем, зеленым луком, горчицей, чесноком и хреном, заправить майонезом, выложить на блюдо и подать к столу.

Картофель с уксусом

Ингредиенты: *3–4 клубня картофеля, 1–2 луковицы, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в мундире, остудить, очистить и нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть. Картофель выложить на блюдо, посолить, поперчить, украсить луком и веточками петрушки, полить уксусом, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из картофеля и зеленого лука

Ингредиенты: *5–6 клубней картофеля, 100 г сметаны, 50 г майонеза, 100 г зеленого лука, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в мундире, остудить, очистить и нарезать ломтиками.

Зеленый лук вымыть и нашинковать. Картофель смешать с зеленым луком, посолить, поперчить, заправить смесью сметаны и майонеза и подать к столу.

Закуска из картофеля и кукурузы

Ингредиенты: *4–5 клубней картофеля, 150 г консервированной кукурузы, 1 столовая ложка столового уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зеленого лука, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в мундире, остудить, очистить, нарезать кубиками. Зеленый лук вымыть и нарубить. Растительное масло смешать с уксусом. Картофель смешать с кукурузой и зеленым луком, посолить, поперчить, заправить смесью уксуса и растительного масла и подать к столу.

Закуска из картофеля и сыра

Ингредиенты: *2–3 клубня картофеля, 200 г сыра, 100 г зеленого лука, 30 г листьев щавеля, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кружочками. Сыр нарезать ломтиками. Зеленый лук, листья щавеля и зелень укропа вымыть и мелко нарезать. Ломтики сыра выложить на блюдо, сверху положить кружочки картофеля и рубленый лук, посолить, поперчить, полить растительным маслом, украсить щавелем и зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из картофеля и квашеной капусты

Ингредиенты: *5–6 клубней картофеля, 2 болгарских перца, 200 г квашеной капусты, 100 г маринованных грибов, 3 столовые ложки растительного масла, 2–3 дольки чеснока, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать ломтиками. Болгарский перец вымыть, удалить семена и плодоножки, нарезать кольцами. Грибы нарезать ломтиками. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Картофель смешать с перцем, грибами, капустой и чесноком, выложить на блюдо, посолить, посыпать зеленью петрушки, полить растительным маслом и подать к столу.

Горячая закуска из картофеля, лука и сельдерея

Ингредиенты: *4–5 клубней картофеля, 1–2 луковицы, 200 г корня сельдерея, 2 яйца, 100 мл куриного бульона, 100 мл растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, зелень укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель и сельдерей вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень укропа вымыть. Яйца взбить с растительным маслом и уксусом. Картофель, сельдерей и лук выложить в сковороду, залить бульоном, посолить, поперчить, довести до кипения и тушить на слабом огне в течение 3–5 минут. Готовую закуску выложить на

блюдо, полить соусом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из картофеля и огурцов

Ингредиенты: *5–6 клубней картофеля, 3 свежих огурца, 1 морковь, 1 пучок зеленого лука, 1 помидор, 100 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Морковь вымыть и натереть на мелкой терке. Зеленый лук вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть.

Помидор вымыть и нарезать кружочками.

Картофель соединить с огурцами, морковью и зеленым луком, посолить, перемешать, заправить сметаной, украсить кружочками помидора и веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из картофеля с солеными огурцами

Ингредиенты: *3–4 клубня картофеля, 3 соленых огурца, 2 луковицы, 100 г майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Огурцы нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть. Картофель выложить на блюдо, сверху положить огурцы и лук, посолить, поперчить и заправить смесью майонеза и растительного масла. Готовую закуску украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из картофеля и моченых яблок

Ингредиенты: *3–4 клубня картофеля, 3 моченых яблока, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Моченые яблоки нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть, мелко нарезать. Картофель перемешать с яблоками, добавить зеленый горошек, посолить и полить

растительным маслом. Готовую закуску украсить веточками укропа и подать к столу.

Овощное рагу

Ингредиенты: *400 картофеля, 200 г моркови, 200 г кабачков, 150 г консервированного зеленого горошка, 1 луковица, 200 г томатной пасты, 50 г растительного масла, 1 лавровый лист, гвоздика, корица, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи вымыть и очистить. Кабачки и морковь нарезать кубиками, картофель – дольками, лук – соломкой. Все овощи по отдельности обжарить в разогретом растительном масле, затем сложить в кастрюлю, добавить консервированный горошек, лавровый лист, гвоздику, корицу, соль и перец, залить томатной пастой и тушить на слабом огне в течение 20 минут. При подаче к столу посыпать нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Закуска из стручковой фасоли и помидоров

Ингредиенты: *200 г стручковой фасоли, 2 помидора, 2 яйца, сваренных вкрутую, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сухого белого вина, 1–2 дольки чеснока, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Фасоль очистить, отварить в кипящей подсоленной воде. Чеснок очистить, вымыть и мелко нарезать. Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Яйца очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть. Растительное масло смешать с вином, солью и перцем. Фасоль перемешать с помидорами и чесноком, выложить на блюдо, полить приготовленным соусом, украсить рублеными яйцами и веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из стручковой фасоли и лука

Ингредиенты: *300 г консервированной стручковой фасоли, 100 г майонеза, 3–4 луковицы, 1 столовая ложка столового 3 %-ного уксуса, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарубить, посолить и сбрызнуть уксусом. Фасоль мелко нарезать, перемешать с луком, поперчить,

выложить на блюдо, заправить закуску майонезом и подать к столу.

Закуска из стручковой фасоли и чеснока

Ингредиенты: *300 г стручковой фасоли, 100 г грецких орехов, 100 г майонеза, 3 дольки чеснока, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Фасоль варить в подсоленной воде до готовности, откинуть на дуршлаг, остудить и крупно нарезать. Чеснок очистить, вымыть и мелко нарезать. Ядра грецких орехов измельчить. Зелень укропа вымыть и нарубить. Фасоль смешать с чесноком, орехами, заправить майонезом, выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из стручковой фасоли и оливок

Ингредиенты:*300 г консервированной стручковой фасоли, 4 луковицы, 10 оливок без косточек, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 100 г майонеза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарубить, посолить и сбрызнуть уксусом. Оливки разрезать на 4 части. Фасоль мелко нарезать, смешать с луком и оливками, выложить на блюдо, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из фасоли и соленых кабачков

Ингредиенты: *200 г консервированной фасоли, 200 г соленых кабачков, 1 помидор, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Соленые кабачки нарезать кубиками. Помидор вымыть и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть и мелко нарезать. Кабачки смешать с фасолью, выложить на блюдо, посолить и заправить растительным маслом. Готовую закуску посыпать зеленью укропа, украсить кружочками помидора и подать к столу.

Закуска из фасоли с солеными огурцами

Ингредиенты: *400 г консервированной фасоли, 200 г ветчины, 2–3 соленых огурца, 100 г майонеза, 1 чайная ложка горчицы, 1 столовая ложка растительного масла, 50 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Соленые огурцы и ветчину нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Фасоль, огурцы и ветчину выложить на сковороду, посолить, поперчить и жарить на растительном масле на среднем огне в течение 5–7 минут. Затем выложить на блюдо, заправить смесью майонеза, сметаны и горчицы, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из фасоли и редиса

Ингредиенты: *200 г консервированной фасоли, 200 г редиса, 1 яблоко, 1 луковица, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 4 столовые ложки оливкового масла, по 1 пучку зелени петрушки и кинзы, перец красный молотый и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редис вымыть, очистить и нарезать соломкой. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Яйцо очистить и нарубить. Зелень петрушки и кинзы вымыть, обсушить, кинзу мелко нарубить. Консервированную фасоль смешать с редисом, яблоком, луком, яйцом и кинзой, выложить на блюдо, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из фасоли, яблок и слив

Ингредиенты: *400 г консервированной фасоли, 300 г консервированных слив без косточек, 3 соленых огурца, 2 яблока, 100 г майонеза, 1 чайная ложка горчицы, 1 столовая ложка растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Соленые огурцы и сливы нарезать небольшими кубиками. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть и нарубить. Фасоль, огурцы и сливы выложить в сковороду, добавить растительное масло, посолить, варить на среднем огне в течение 3 минут, затем смешать с яблоками, выложить на блюдо, заправить смесью

майонеза, сметаны и горчицы, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из фасоли с ветчиной

Ингредиенты: *300 г консервированной фасоли, 200 г ветчины, 2 помидора, 1 луковица, 100 г тертого сыра, 200 г майонеза, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Зелень петрушки вымыть. Ветчину и помидоры нарезать ломтиками, добавить консервированную фасоль, сыр, лук, все перемешать, посолить, поперчить и заправить майонезом. Готовую закуску украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из фасоли и колбасы

Ингредиенты:*400 г консервированной фасоли, 300 г вареной колбасы, 2–3 соленых огурца, 2 яблока, 100 г майонеза, 1 чайная ложка горчицы, 1 столовая ложка растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Соленые огурцы и колбасу нарезать кубиками. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Фасоль, огурцы и колбасу выложить на сковороду, добавить растительное масло, соль, жарить в течение 5 минут, затем смешать с яблоками, выложить на блюдо, заправить смесью майонеза, сметаны и горчицы, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из кукурузы и лука

Ингредиенты: *400 г консервированной кукурузы, 2–3 луковицы, 150 г майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарубить и жарить на растительном масле до золотистого цвета. Зелень вымыть и мелко нарезать. Кукурузу смешать с луком, посолить, поперчить и заправить майонезом. Готовую закуску выложить на блюдо, посыпать измельченной зеленью и подать к столу.

Закуска из кукурузы и огурцов

Ингредиенты: *300 г консервированной кукурузы, 4 огурца, 150 г сметаны, листья зеленого салата, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить и нарезать соломкой. Листья салата вымыть и нарубить. Консервированную кукурузу смешать с огурцами и листьями салата, выложить на блюдо, посолить, заправить сметаной, все перемешать и подать к столу.

Закуска из кукурузы с яблоками и кинзой

Ингредиенты: *300 г консервированной кукурузы, по 2 зеленых и красных яблока, 4 столовые ложки оливкового масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 0,5 чайной ложки сахара, зелень кинзы, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать мякоть кубиками, посыпать сахаром и сбрызнуть уксусом. Зелень кинзы вымыть, обсушить и мелко нарубить. Кукурузу смешать с яблоками, посолить, выложить на блюдо, заправить оливковым маслом, посыпать зеленью кинзы и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты с сельдереем

Ингредиенты:*500 г белокочанной капусты, 3 моркови, 3 корня сельдерея, 2 яблока, 200 г сметаны, пучок зеленого лука, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Капусту вымыть, нашинковать и помять руками с солью. Корни сельдерея вымыть и нарезать тонкой соломкой. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать соломкой.

Закуска из белокочанной капусты с горошком

Ингредиенты: *500 г белокочанной капусты, 150 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, 3 столовые ложки майонеза, 1 морковь, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Яйца

сварить вкрутую, очистить и мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарезать. Капусту нашинковать и помять руками с солью. Добавить морковь, консервированный зеленый горошек, яйца, зелень и заправить майонезом.

Закуска из белокочанной капусты с редисом и огурцом

Ингредиенты: *500 г белокочанной капусты, 3 огурца, 1 пучок редиса, 250 мл кефира, 3 луковицы, пучок зелени укропа, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами, полить уксусом и дать постоять 5–10 минут. Редис вымыть, натереть на крупной терке. Огурцы вымыть и нарезать тонкой соломкой. Капусту вымыть и нашинковать. Зелень укропа вымыть и измельчить.

К луку добавить капусту, огурцы, редис, зелень, соль и заправить кефиром.

Закуска из белокочанной капусты с помидорами

Ингредиенты: *200 г белокочанной капусты, 1 луковица, 1 морковь, 3 помидора, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, щепотка сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, поместить в сковороду без масла, посолить, сбрызнуть уксусом и нагревать в течение 3–5 минут. Помидоры вымыть и нарезать небольшими кубиками, морковь очистить, вымыть и натереть на круп ной терке. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими полукольцами.

К подогретой капусте добавить помидоры, лук, морковь, сахар и заправить растительным маслом.

Закуска из белокочанной капусты с помидорами и яблоками

Ингредиенты: *500 г белокочанной капусты, 2 луковицы, 1 лимон, 3 яблока, 4 помидора, 3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 50 мл оливкового масла, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лимон вымыть, разрезать пополам. Из одной половины

выжать сок, а вторую нарезать тонкими ломтиками. Капусту вымыть, нашинковать, сбрызнуть уксусом, добавить соль и сахар, помять руками и оставить на 10–15 минут. Репчатый лук очистить, вымыть и измельчить. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать тонкой соломкой. Помидоры вымыть, удалить плодоножки, нарезать маленькими кубиками.

К капусте добавить помидоры, репчатый лук, яблоки, лимонный сок и заправить оливковым маслом.

Украсить нарезанным лимоном и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты с лимоном

Ингредиенты: *500 г белокочанной капусты, 2 корня сельдерея, 2 огурца, 2 луковицы, 1 лимон, 3 зубчика чеснока, 4 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка сахара, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лимон вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и измельчить. Чеснок очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Капусту вымыть и нашинковать. Огурцы вымыть и нарезать тонкой соломкой. Корни сельдерея вымыть и натереть на крупной терке.

К капусте добавить лимон, сельдерей, огурцы, лук, чеснок, сахар, соль, черный молотый перец и заправить майонезом.

Острая капуста

Ингредиенты: *500 г белокочанной капусты, 3 стручка горького перца, 3 яблока, 200 мл растительного масла, 2 луковицы, по 1 пучку зелени кинзы, петрушки и укропа, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, залить 3 стаканами воды и поставить на огонь на 5–7 минут. Затем откинуть капусту на дуршлаг и посолить. Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, обдать кипятком. Яблоки вымыть, удалить семена, нарезать мелкой соломкой. Репчатый лук очистить, вымыть и измельчить. Зелень кинзы, петрушки и укропа вымыть и мелко нарезать.

Капусту смешать с луком, зеленью, перцем, яблоками, поперчить и заправить растительным маслом.

Закуска из белокочанной капусты и яблок

Ингредиенты: *150 г белокочанной капусты, 4 яблока, 2 моркови, 1 луковица, 150 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Капусту и морковь вымыть, нашинковать, смешать с яблоками и луком, посолить, посыпать зеленью и перемешать. Готовую закуску полить майонезом, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты и клюквы

Ингредиенты:*300 г белокочанной капусты, 100 г клюквы, 2 моркови, 4–5 столовых ложек растительного масла, 2 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, посолить, добавить уксус, выложить в сковороду, влить немного воды и тушить до готовности. Морковь очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Клюкву вымыть и посыпать сахаром. Капусту смешать с клюквой, морковью, выложить на блюдо, посыпать зеленым луком, полить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из квашеной капусты и хрена

Ингредиенты: *200 г квашеной капусты, 100 г хрена, 1 яблоко, 3–4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Хрен вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Хрен смешать с капустой и яблоком, посолить, заправить закуску растительным маслом и подать к столу.

Закуска из квашеной капусты с редькой

Ингредиенты: *100 г квашеной капусты, 1 редька, 4 чайные*

ложки очищенных измельченных грецких орехов, 2 моркови, 2 столовые ложки капустного рассола, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки клюквенного сока.

Способ приготовления:

Сделать соус, смешав клюквенный сок, оливковое масло и капустный рассол. Морковь очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Редьку очистить, вымыть и натереть на мелкой терке.

В капусту добавить грецкие орехи, морковь, редьку и заправить готовым соусом.

Горчичная квашеная капуста

Ингредиенты: *500 г квашеной капусты, 10 листьев зеленого салата, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 яблока, 2 луковицы, 1 апельсин, 1 столовая ложка горчицы, 150 мл кефира, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Смешать кефир, горчицу, оливковое масло, соль и черный молотый перец.

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Апельсин вымыть, очистить и нарезать мелкими кубиками. Зеленый салат вымыть и нарезать тонкими полосками. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать мелки ми кубиками.

К капусте добавить лук, апельсин, яблоко, зеленый салат и заправить готовым соусом.

Закуска из краснокочанной капусты с яблоками

Ингредиенты: *500 г краснокочанной капусты, 150 г сметаны, 5 яблок, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, натереть на крупной терке и посыпать сахаром. Капусту вымыть, нашинковать и помять руками с солью. Затем сбрызнуть уксусом и дать постоять 5–10 минут. Зелень укропа вымыть и измельчить. К капусте добавить яблоки, зелень и заправить сметаной.

Закуска из краснокочанной капусты с фасолью

Ингредиенты: *500 г краснокочанной капусты, 2 яблока, 200 г консервированной красной фасоли, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 70 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать тонкой соломкой. Зеленый лук вымыть и измельчить. Капусту вымыть, нашинковать, положить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой, варить в течение 5–6 минут. Затем откинуть на дуршлаг, посыпать сахаром и сбрызнуть уксусом.

К капусте добавить яблоки, фасоль, зеленый лук, заправить растительным маслом.

Закуска из краснокочанной капусты с картофелем

Ингредиенты: *500 г краснокочанной капусты, 500 г картофеля, 2 луковицы, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 100 мл растительного масла, по 1 пучку зелени петрушки, укропа, кинзы, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и мелко нарезать. Капусту вымыть, нашинковать, поместить в кастрюлю с кипятком на 8– 10 секунд. Затем откинуть на дуршлаг, сбрызнуть уксусом, посолить и заправить 50 мл растительного масла.

Зелень петрушки, укропа и кинзы вымыть и измельчить. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими полукольцами.

Картофель посыпать зеленью и репчатым луком, поперчить, сверху полить оставшимся растительным маслом, выложить в центр тарелки. Капусту положить вокруг картофеля.

Цветная капуста с яйцами

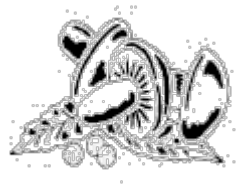
Ингредиенты: *400 г цветной капусты, 3 яйца, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок зеленого лука, щепотка сахара, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

В кастрюлю налить немного воды, добавить соль и довести до кипения. Положить в нее капусту и варить до готовности, затем остудить, разобрать на соцветия, сбрызнуть уксусом. Яйца отварить вкрутую, очистить и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть, измельчить. К капусте добавить яйца, лук, сахар, черный

молотый перец и соль.

ЗАКУСКИ ИЗ ГРИБОВ



Закуска из соленых маслят и яиц

Ингредиенты: *300 г соленых маслят, 3–4 яйца, сваренных вкрутую, 1–2 луковицы, 100 г майонеза, зелень петрушки и укропа.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть и измельчить. Яйца очистить и нарезать кружочками. Грибы нарезать ломтиками, смешать с луком и зеленью петрушки. Зелень укропа вымыть. Готовую закуску украсить кружочками яиц, веточками укропа, полить майонезом и подать к столу.

Закуска из соленых маслят

Ингредиенты: *300 г соленых маслят, 1 луковица, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Добавить маслята и заправить растительным маслом. Вымыть зелень и украсить веточками укропа готовую закуску.

Закуска из маринованных грибов и консервированной кукурузы

Ингредиенты: *500 г маринованных маслят, 200 г консервированной кукурузы, 2 яйца, 3 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки сметаны, 1 болгарский перец, красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена и нарезать

небольшими кубиками. Маслята нарезать ломтиками, смешать с яйцами, болгарским перцем и кукурузой, поперчить, выложить на блюдо, заправить смесью майонеза и сметаны и подать к столу.

Закуска из маринованных опят

Ингредиенты: *400 г маринованных опят, 2 соленых огурца, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка горчицы, 2–3 дольки чеснока, зелень укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы и огурцы нарезать кубиками. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Горчицу смешать с томатной пастой, добавить растертый с солью чеснок и перемешать. Зелень укропа вымыть, мелко нарезать. Грибы и огурцы залить приготовленным соусом, посолить, поперчить, посыпать нарезанным укропом и охладить. Готовую закуску заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из маринованных опят с редькой

Ингредиенты: *200 г маринованных опят, 1 редька, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку очистить, вымыть, натереть на крупной терке и посыпать сахаром. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, посолить и сбрызнуть уксусом. Маринованные грибы нарезать ломтиками, смешать с редькой, выложить на блюдо, полить растительным маслом, украсить кольцами лука и подать к столу.

Закуска из соленых груздей

Ингредиенты: *300 г соленых груздей, 1 луковица, 2 чайные ложки горчицы, 2 столовые ложки растительного масла, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Для приготовления соуса растительное масло смешать с перцем и горчицей. Соленые грибы промыть холодной водой, нарезать ломтиками, выложить на блюдо, сверху выложить кольца лука,

полить соусом и подать к столу.

Закуска из соленых груздей и моркови

Ингредиенты: *400 г соленых груздей, 2 моркови, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и лук очистить, вымыть. Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, грузди – соломкой. Затем все перемешать, посолить, поперчить и заправить растительным маслом.

Маринованные грузди с редькой

Ингредиенты: *200 г маринованных груздей, 1 редька, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка сахара, 1 пучок листового салата, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Редьку очистить, вымыть, натереть на крупной терке и посыпать сахаром. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, сбрызнуть уксусом и посолить. Маринованные грибы нарезать ломтиками, смешать с редькой, выложить на блюдо листовой салат, затем грибы и редьку, все полить растительным маслом, украсить кольцами лука и подать к столу.

Закуска из маринованных вешенок и зеленого горошка

Ингредиенты: *400 г маринованных грибов, 1 болгарский перец, 200 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, 3 столовые ложки сметаны, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножку и семена и нарезать кольцами. Яйца очистить, мелко нарезать. Грибы нарезать ломтиками, смешать с яйцами и зеленым горошком, выложить на блюдо, посолить, поперчить, заправить смесью майонеза и сметаны.

Украсить кольцами болгарского перца и подать к столу.

Закуска из маринованных вешенок и рыбы

Ингредиенты: *500 г маринованных вешенок, 300 г филе отварного судака, 2 клубня картофеля, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 100 г сметаны, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Маринованные грибы крупно нарезать. Картофель вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать соломкой. Яйцо очистить и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть. Майонез взбить со сметаной. Филе рыбы измельчить.

Грибы смешать с рыбой, картофелем и зеленым горошком, посолить, выложить горкой на блюдо, полить смесью майонеза и сметаны, закуску оформить кружочками яйца и веточками укропа и подать к столу.

Закуска из вешенок и яиц с лимоном

Ингредиенты: *300 г вешенок, 5 яиц, 1 столовая ложка лимонного сока, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1/2 лимона, 1/4 чайной ложки сахара, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить и нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, обсушить, мелко нарубить, посыпать сахаром, перцем и сбрызнуть лимонным соком. Грибы перебрать, промыть, обсушить, отварить в подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг, остудить и нарезать ломтиками. Лимон вымыть, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Грибы смешать с яйцами, выложить на блюдо, полить растительным маслом, украсить ломтиками лимона, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из маринованных шампиньонов и зеленого горошка

Ингредиенты: *500 г маринованных шампиньонов, 200 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, сваренных вкрутую, 3 столовые ложки майонеза, 50 г сметаны, 1 болгарский перец, 1 пучок зелени укропа.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и мелко нарезать. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать кольцами. Зелень укропа вымыть. Грибы нарезать ломтиками, смешать с яйцами и зеленым горошком, выложить на блюдо, заправить смесью майонеза и

сметаны, оформить кольцами болгарского перца и веточками укропа и подать к столу.

Закуска из маринованных шампиньонов, лука и яблок

Ингредиенты: *300 г маринованных шампиньонов, 3 луковицы, 2 яблока, 50 мл оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, обсушить и нарубить. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать небольшими ломтиками. Маринованные грибы нарезать ломтиками, смешать с яблоками, выложить на блюдо, сверху положить лук, поперчить, полить оливковым маслом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из шампиньонов и яиц

Ингредиенты: *300 г шампиньонов, 3–4 яйца, сваренных вкрутую, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы очистить, промыть, отварить в кипящей подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг, остудить и нарезать ломтиками. Яйца очистить и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, измельчить и сбрызнуть уксусом. Грибы смешать с яйцами, поперчить, выложить на блюдо, полить растительным маслом, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из шампиньонов и картофеля

Ингредиенты: *300 г шампиньонов, 1 луковица, 2 клубня картофеля, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, зелень петрушки и эстрагона, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Шампиньоны промыть, очистить, отварить и нарезать ломтиками. Картофель вымыть, отварить, затем очистить и нарезать кубиками.

Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Зелень петрушки и эстрагона вымыть.

Шампиньоны, картофель, зеленый горошек, лук и нарезанный

эстрагон перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом и еще раз перемешать.

Готовую закуску украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска «Дачная»

Ингредиенты: *400 г шампиньонов, 1 болгарский перец, 1 морковь, 1 луковица, 150 г сервелата, 50 мл растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 долька чеснока, листья зеленого салата, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы промыть, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Листья салата и зелень петрушки вымыть. Морковь, перец и лук очистить, вымыть и нарезать вместе с сервелатом соломкой. Чеснок очистить, вымыть и порубить. Уксус смешать с растительным маслом, добавить рубленый чеснок, соль и перец. На листья салата выложить грибы, овощи и сервелат, полить приготовленной заправкой, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из шампиньонов и сыра

Ингредиенты: *500 г шампиньонов, 100 г сыра, 200 г майонеза, 2 пучка зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы промыть, очистить и отварить целиком в подсоленной воде, затем отделить шляпки от ножек. Зеленый лук и зелень петрушки вымыть и измельчить. Сыр натереть на крупной терке. Ножки грибов пропустить через мясорубку, смешать с сыром, зеленым луком и майонезом, поперчить и нафаршировать приготовленной смесью шляпки грибов. Фаршированные шляпки выложить на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Паштет из шампиньонов и маринованных опят

Ингредиенты: *300 г шампиньонов, 200 г маринованных опят, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 луковица, 100 г зеленого лука, 1 столовая ложка яблочного уксуса, 3 зубчика чеснока, перец*

и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Репчатый лук очистить, вымыть и нарубить. Зеленый лук вымыть, обсушить и измельчить. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Шампиньоны промыть, обсушить, отварить в подсоленной воде и пропустить через мясорубку вместе с маринованными опятами. Репчатый лук выложить в сковороду, добавить грибы, оливковое масло, поперчить, влить немного воды и тушить в течение 10–15 минут. Грибной паштет смешать с толченым чесноком и уксусом, выложить на блюдо, посыпать рубленым зеленым луком и подать к столу.

Шляпки шампиньонов, фаршированные яйцом и луком

Ингредиенты: *500 г шампиньонов, 5–7 яиц, сваренных вкрутую, 2 пучка зеленого лука, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы перебрать, очистить, промыть и отварить целиком в подсоленной воде, затем отделить шляпки от ножек. Яйца очистить и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и измельчить. Зелень петрушки вымыть. Ножки грибов пропустить через мясорубку, смешать с яйцами, зеленым луком и майонезом, поперчить и нафаршировать приготовленной смесью шляпки грибов. Фаршированные шляпки выложить на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Шляпки шампиньонов, фаршированные яйцами, рисом и укропом

Ингредиенты: *500 г шампиньонов, 5 яиц, 2 пучка укропа, 100 г отварного риса, 3 столовые ложки майонеза, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы перебрать, промыть, обсушить и отварить целиком в подсоленной воде, затем отделить шляпки от ножек. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Укроп вымыть и измельчить. Ножки грибов пропустить через мясорубку, смешать с яйцами, укропом, рисом и майонезом, поперчить и нафаршировать приготовленной смесью шляпки грибов. Фаршированные шляпки выложить на блюдо, охладить и подать к столу.

Шляпки шампиньонов, фаршированные сыром и вареной колбасой

Ингредиенты: *500 г шампиньонов, 200 г сыра, 100 г вареной колбасы, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 пучок зелени укропа, 4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки кетчупа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы перебрать, очистить, промыть и отварить целиком в подсоленной воде, затем отделить шляпки от ножек. Колбасу измельчить. Сыр натереть на крупной терке. Яйца очистить и нарубить. Зелень укропа вымыть и измельчить. Ножки грибов пропустить через мясорубку, смешать с колбасой, сыром, яйцами, зеленью укропа и майонезом, поперчить и нафаршировать приготовленной смесью шляпки грибов. Фаршированные шляпки выложить на блюдо, полить кетчупом и подать к столу.

Шляпки шампиньонов, фаршированные мясом курицы и ананасами

Ингредиенты: *500 г шампиньонов, 200 г отварного мяса курицы, 3 яйца, 150 г консервированных ананасов, 4 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы перебрать, промыть, обсушить и отварить целиком в подсоленной воде, затем отделить шляпки от ножек. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть. Ананасы мелко нарезать и выжать сок. Ножки грибов пропустить через мясорубку вместе с мясом, смешать с яйцами, ананасами, заправить сметаной, поперчить и нафаршировать приготовленной смесью шляпки грибов. Фаршированные шляпки выложить на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Запеканка из шампиньонов «Италия»

Ингредиенты: *1 кг шампиньонов, 150 г сливочного масла, 2 луковицы, 200 г сметаны, 5 столовых ложек панировочных сухарей, 6 яиц, 1 столовая ложка оливкового масла, 100 г брынзы, 1 пучок зелени петрушки, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Брынзу натереть на крупной терке.

Яйца взбить. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Грибы перебрать, промыть, обсушить, мелко нарезать, смешать с луком, посолить, поперчить и жарить на сливочном масле в течение 15 минут. Затем добавить сметану и тушить до готовности. Тушеные грибы и лук смешать с панировочными сухарями и взбитыми яйцами, выложить в смазанную оливковым маслом форму, посыпать тертой брынзой и запекать в умеренно разогретой духовке в течение 10–12 минут. Запеканку выложить на блюдо, нарезать порционными кусками, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из белых грибов

Ингредиенты: *300 г белых грибов, 1 луковица, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 помидор, 50 г сметаны, 50 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы промыть, очистить, нарезать и обжарить в растопленном сливочном масле. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами и добавить к грибам. Яйца очистить и мелко нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть. К обжаренным грибам и луку добавить мелко нарезанные яйца, сметану, поперчить и посолить. Украсить закуску дольками помидора и веточками зелени.

Закуска из белых грибов и сыра

Ингредиенты: *500 г грибов, 100 г сыра, 100 г сметаны, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы вымыть, очистить, отварить в подсоленной воде, затем выложить в сковороду с растопленным сливочным маслом, обжарить до золотистого цвета. Сыр натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и нарубить. Грибы выложить горкой на блюдо, полить сметаной, посыпать тертым сыром и зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из белых грибов с помидорами

Ингредиенты: *200 г белых грибов, 2 помидора, 1 луковица, 100 г сметаны, 4 столовые ложки сливочного масла, зелень*

укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Грибы промыть, очистить и нарезать дольками, посолить, поперчить. Зелень укропа вымыть и нарезать.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить в разогретом сливочном масле (2 столовые ложки) вместе с грибами. Затем добавить сметану и тушить до готовности. Помидоры вымыть, нарезать кружочками и жарить на оставшемся сливочном масле 3–5 минут.

Подготовленные ингредиенты выложить на блюдо, посыпать нарезанным укропом и подать к столу.

Закуска из грибов и белокочанной капусты

Ингредиенты: *400 г грибов, 300 г белокочанной капусты, 3 клубня картофеля, 1–2 луковицы, 2–3 дольки чеснока, 100 мл растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, очистить и нарезать соломкой. Капусту вымыть и нашинковать. Лук очистить, вымыть и нарубить. Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Грибы промыть, очистить и нарезать ломтиками. Выложить грибы в сковороду с разогретым растительным маслом, добавить капусту, картофель, лук, посолить, влить немного воды и тушить до готовности. Готовую закуску выложить на блюдо, посыпать измельченным чесноком и подать к столу.

Грибы, тушенные с помидорами

Ингредиенты: *800 г грибов, 8 помидоров, 2 луковицы, 100 г сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 200 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нашинковать. Помидоры вымыть. 5 помидоров измельчить, остальные – нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть. Грибы перебрать, очистить, промыть, нарезать ломтиками и жарить на сливочном масле в течение 15 минут. Добавить лук, муку и жарить еще 10 минут. Затем влить немного воды, посолить, добавить сметану, измельченные помидоры и тушить на слабом огне до готовности.

Готовые грибы выложить на блюдо, украсить веточками укропа, оформить кружочками помидоров и подать к столу.

Закуска из грибов и брынзы

Ингредиенты: *500 г грибов, 100 г брынзы, 100 г сметаны, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть, обсушить и мелко нарубить. Брынзу натереть на крупной терке. Грибы перебрать, промыть, обсушить, отварить в подсоленной воде, затем выложить в сковороду и обжарить в сливочном масле до золотистого цвета. Грибы выложить горкой на блюдо, полить сметаной, посыпать тертой брынзой, зеленью петрушки и подать к столу.

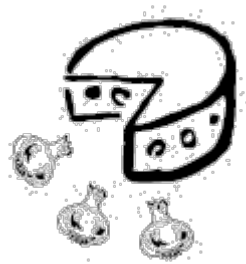
Закуска из грибов и мяса

Ингредиенты: *300 г грибов, 200 г вареной говядины, 4 маринованных огурца, 3 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарубить. Огурцы нарезать дольками. Зелень петрушки вымыть. Грибы перебрать, вымыть, очистить, нарезать ломтиками, выложить в сковороду, посолить, влить немного воды, добавить 2 столовые ложки растительного масла и лук и тушить до готовности. Мясо нарезать соломкой, смешать с грибами и луком, выложить на блюдо, полить оставшимся растительным маслом, оформить дольками огурцов и веточками петрушки.

ЗАКУСКИ ИЗ СЫРА И ТВОРОГА



Закуска из сыра и чеснока

Ингредиенты: *200 г сыра, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 10 г сметаны, 50 г майонеза, 3 дольки чеснока, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки. Яйцо очистить и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и измельчить. Сыр смешать с чесноком, яйцом и зеленью укропа, посолить, заправить смесью майонеза и сметаны, выложить на блюдо и подать к столу.

Закуска из сыра, лимона и чеснока

Ингредиенты: *200 г сыра, 2 лимона, 50 г майонеза, зелень укропа и базилика, 2–3 дольки чеснока, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лимоны вымыть, очистить от кожуры, нарезать кружочками и выложить на блюдо. Зелень укропа и базилика вымыть. Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки. Сыр натереть на крупной терке, смешать с чесноком и майонезом, поперчить. На каждый кружочек лимона выложить по 1–2 чайных ложки приготовленной смеси, украсить веточками укропа и листьями базилика и подать к столу.

Острая закуска из сыра

Ингредиенты: *300 г сыра, 5 зубчиков чеснока, 1 яйцо, 3 столовые ложки томатного сока, 1 столовая ложка горчицы, 1 пучок зелени петрушки, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Яйцо сварить вкрутую, очистить и нарубить. Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть, обсушить и измельчить. Сыр смешать с чесноком, яйцом и зеленью петрушки, посолить, по перчить, заправить смесью томатного сока и горчицы, выложить на блюдо и подать к столу.

Закуска из голландского сыра и яиц

Ингредиенты: *300 г голландского сыра, 4–5 яиц, сваренных вкрутую, 2 огурца, 150 г сметаны, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать ломтиками. Яйца очистить и нарезать кружочками. Огурцы вымыть и нарезать дольками. Ломтики сыра и кружочки яиц выложить на блюдо, посолить, полить сметаной, оформить дольками огурцов и подать к столу.

Закуска из сыра, яиц и авокадо

Ингредиенты: *400 г сыра, 5 яиц, 2 авокадо, 150 г майонеза, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать ломтиками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарезать кружочками. Авокадо вымыть и нарезать дольками. Ломтики сыра и кружочки яиц выложить на блюдо, посолить, поперчить, заправить майонезом, оформить дольками авокадо и подать к столу.

Закуска из сыра, зеленого лука и молодого картофеля

Ингредиенты: *200 г сыра, 100 г зеленого лука, 2 клубня картофеля, 30 г листьев щавеля, 1 пучок зелени укропа, 3–4 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр нарезать ломтиками. Картофель вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать кружочками. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Листья щавеля и зелень укропа вымыть и мелко нарезать. Ломтики сыра выложить на блюдо, сверху положить кружочки картофеля и рубленый лук, посолить, поперчить, полить растительным маслом, украсить щавелем и зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из сыра, редиса и кресс-салата

Ингредиенты: *200 г твердого сыра, 150 г плавленого сыра, 100 г редиса, 100 г кресс-салата, 10 листьев зеленого салата, 3 столовые ложки оливкового масла, 1/2 чайной ложки сахара, 2 чайные ложки яблочного уксуса, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Твердый и плавленый сыр нарезать кубиками. Редис вымыть, нарезать тонкой соломкой, посыпать сахаром и сбрызнуть уксусом.

Листья зеленого салата и кресс-салат вымыть, обсушить, кресс-салат нарубить, а листьями зеленого салата выстлать блюдо. Сыр, редис и кресс-салат смешать, посолить, выложить на листья салата и заправить оливковым маслом.

Закуска из сыра, помидоров и лука

Ингредиенты: *150 г сыра, 4–5 помидоров, 3 луковицы, 100 г сметаны, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами и сбрызнуть уксусом. Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Кружочки помидоров выложить на блюдо, посолить, поперчить, посыпать тертым сыром, полить смесью сметаны и майонеза, оформить закуску кольцами лука и рубленой петрушкой и подать к столу.

Закуска «Королевская»

Ингредиенты: *200 г твердого сыра, 200 г шампиньонов, 2 красных перца, 100 г май онеза, 1 столовая ложка лимонного сока, зелень базилика и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Шампиньоны промыть, очистить и нарезать ломтиками. Перец вымыть, плодоножки и семена удалить, мякоть нарезать соломкой. Сыр нарезать кубиками. Зелень вымыть и мелко нарезать. Смешать подготовленные ингредиенты, полить лимонным соком, посолить, поперчить, заправить майонезом и еще раз перемешать. Готовую закуску украсить листиками базилика и подать к столу.

Закуска из сыра и говядины

Ингредиенты: *300 г сыра, 100 г отварной говядины, 50 г майонеза, 1 луковица, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть. Сыр нарезать ломтиками и выложить на блюдо. Мясо пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, смешать с луком и майонезом. Положить по 1–2 чайные ложки приготовленной массы на каждый ломтик сыра. Закуску украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из сыра и куриного паштета

Ингредиенты: *300 г сыра, 100 г куриного паштета, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки майонеза, 2–3 помидора, 1 пучок зелени укропа, 2–3 чайные ложки горчицы, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нашинковать. Морковь вымыть, отварить, очистить и натереть на мелкой терке. Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Сыр нарезать ломтиками, выложить на блюдо и смазать каждый ломтик горчицей. Куриный паштет смешать с луком, морковью и майонезом, посолить, поперчить. Положить по 1–2 чайных ложки приготовленной массы на каждый ломтик сыра, оформить закуску кружочками помидоров, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из сыра и мяса курицы

Ингредиенты: *250 г сыра, 150 г отварного мяса курицы, 100 г маринованных грибов, 100 г консервированного зеленого горошка,*

150 г майонеза, 1 столовая ложка тертого хрена, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Сыр и мясо нарезать соломкой, смешать с зеленым горошком, посолить и поперчить. Готовую закуску выложить на блюдо, заправить майонезом, украсить маринованными грибами, посыпать тертым хреном и подать к столу.

Закуска из сыра и шпрот

Ингредиенты: *500 г сыра, 1 банка шпрот, 50 г сливочного масла, 50 г маринованных грибов, 2 огурца, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружочками. Маринованные грибы нарезать ломтиками. Шпроты размять вилкой, смешать со сливочным маслом. Сыр нарезать ломтиками толщиной 0,5 см и выложить на блюдо. На каждый ломтик выложить немного смеси из шпрот и масла, сверху положить кружочки огурцов и ломтики маринованных грибов и подать к столу.

Закуска из сыра и консервированной сайры

Ингредиенты: *200 г сыра, 150 г консервированной сайры, 1–2 луковицы, 2 яйца, сваренных вкрутую, 50 г майонеза, 50 г сметаны, 50 г листьев зеленого салата, 1 помидор, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Яйца очистить и нарубить. Сыр нарезать ломтиками. Листья зеленого салата вымыть и выложить в блюдо. Консервированную рыбу размять до получения однородной массы. Помидор вымыть и нарезать дольками. Ломтики сыра выложить на листья салата, посыпать рублеными яйцами, сверху выложить рыбу и кольца лука, посолить, полить смесью сметаны и майонеза, оформить дольками помидора и подать к столу.

Закуска из сыра, сухарей и шпрот

Ингредиенты: *500 г сыра, 150 г консервированных шпрот, 100 г ржаных сухариков, 50 г сливочного масла, 2 огурца, 1 пучок зелени укропа.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Сухарики измельчить. Шпроты размять вилкой со сливочным маслом, смешать с укропом и сухарями. Сыр нарезать ломтиками толщиной 5 мм и выложить на блюдо. На каждый ломтик положить немного смеси шпрот и сухарей, сверху – огурцы и подать к столу.

Закуска из сыра и тунца

Ингредиенты: *200 г твердого сыра, 150 г консервированного тунца, 3 зубчика чеснока, 2 яйца, 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 10 листьев зеленого салата, 1 огурец, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Чеснок очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Сыр нарезать тонкими ломтиками.

Листья зеленого салата вымыть, обсушить и выстлать ими блюдо. Консервированный тунец размять вилкой и перемешать с чесноком. Огурец вымыть и нарезать кружочками.

Ломтики сыра выложить на листья салата, посыпать рублеными яйцами, сверху положить рыбу, посолить, полить смесью сметаны и майонеза, оформить кружками огурца и подать к столу.

Закуска из плавленого сыра и кукурузы

Ингредиенты: *100 г плавленого сыра, 1–2 яйца, сваренных вкрутую, 3 столовые ложки консервированной кукурузы, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть и измельчить. Сыр натереть на крупной терке, смешать с кукурузой, яйцами, выложить на блюдо, посолить, полить майонезом, украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из плавленого сыра, яиц и чеснока

Ингредиенты: *400 г плавленого сыра, 4 яйца, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, 3–4 дольки чеснока, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр натереть на крупной терке. Яйца очистить и нарезать. Чеснок очистить, вымыть и растереть с солью. Сыр смешать с яйцами и чесноком, поперчить, выложить на блюдо, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из плавленого сыра, чеснока и укропа

Ингредиенты: *400 г плавленого сыра, 5 зубчиков чеснока, 20 маслин без косточек, 100 г сметаны, 2 пучка зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Маслины нарезать небольшими кусочками. Сыр натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Укроп вымыть, обсушить и мелко нарубить. Сыр смешать с маслинами, чесноком и зеленью укропа, посолить, поперчить, выложить на блюдо, заправить сметаной и подать к столу.

Закуска из плавленого сыра под водочку

Ингредиенты: *300 г плавленого сыра, 5 маринованных огурцов, 3 яйца, 2 помидора, 100 г сливок, 100 г измельченных ядер грецких орехов, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать дольками, маринованные огурцы – кружочками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Сыр нарезать ломтиками, выложить на блюдо, сверху положить огурцы, посыпать рублеными яйцами и орехами, посолить, поперчить, полить сливками, оформить дольками помидоров и подать к столу.

Закуска из сыра сулугуни, яиц и чеснока

Ингредиенты: *400 г сыра сулугуни, 5 долек чеснока, 6 яиц, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарубить. Сыр натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть и измельчить с помощью чеснокодавилки. Сыр смешать с яйцами и чесноком. Закуску посолить, поперчить, выложить на блюдо, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из брынзы и помидоров

Ингредиенты: *500 г брынзы, 1 помидор, 20 консервированных маслин без косточек, 2 дольки чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Брынзу нарезать кубиками и слегка обжарить на гриле. Чеснок очистить, вымыть и измельчить с маслинами. Помидор и зелень вымыть, помидор нарезать дольками, зелень измельчить. Затем перемешать подготовленные ингредиенты, посолить, поперчить и заправить растительным маслом и лимонным соком. Готовую закуску украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из брынзы «Мозаика»

Ингредиенты: *300 г брынзы, 150 г отварной говядины, 100 г консервированной кукурузы, по 50 г маринованных опят и измельченных ядер грецких орехов, 100 г майонеза, 1 пучок зелени кинзы, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень кинзы вымыть, обсушить и мелко нарубить. Брынзу и мясо нарезать кубиками, смешать с кукурузой, зеленью кинзы, посолить, выложить на блюдо, полить майонезом, украсить грибами и орехами и подать к столу.

Закуска из сыра и миндаля

Ингредиенты: *150 г сыра, 1–2 яблока, 50 г миндаля, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки лимонного сока, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать тонкими ломтиками. На ломтики сыра выложить яблоки, сбрызнуть лимонным соком, посолить, залить майонезом и посыпать миндалем. Закуску можно подавать с тостами.

Закуска из сыра, яблок и орехов

Ингредиенты: *200 г сыра, 1–2 яблока, 2 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов, 100 г сметаны, 50 г листьев*

зеленого салата, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Листья салата вымыть и выложить на блюдо. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и мякоть натереть на крупной терке. Сыр натереть на крупной терке и смешать с орехами, яблоками и сметаной. Листья салата посолить, положить на них приготовленную смесь, свернуть трубочкой, и подать к столу.

Закуска из творога с маслинами

Ингредиенты: *400 г творога, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка лимонного сока, 10–12 маслин без косточек, 100 мл сливок, 1 пучок зелени базилика, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень базилика вымыть, обсушить и мелко нарубить. Маслины разрезать вдоль пополам. Чеснок очистить, вымыть и растолочь.

Творог протереть через сито, смешать с орехами, чесноком и лимонным соком, посолить, поперчить, выложить на блюдо, полить сливками, посыпать зеленью базилика, украсить половинками маслин и подать к столу.

Паштет из творога

Ингредиенты: *200 г творога, 300 мл молока, 1 чайная ложка горчицы, 50 г сливочного масла, 1 чайная ложка тмина, по 1 пучку зелени петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень петрушки и укропа вымыть, зелень укропа нарезать. Творог протереть через сито, добавить соль, перец, тмин, горчицу, зелень укропа, влить молоко и перемешать до получения однородной массы. Паштет выложить в смазанную сливочным маслом форму, поставить в прохладное место на 2 часа, затем украсить веточками петрушки и подать к столу.

Паштет «Весенний»

Ингредиенты: *250 г творога, 250 г зеленого лука, 2 чайные ложки сливочного масла, 1 стакан кефира, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа и зеленый лук вымыть и нарубить. Творог протереть через сито, посолить, добавить зеленый лук, влить кефир, перемешать. Паштет выложить в смазанную сливочным маслом форму, поставить в прохладное место, затем посыпать зеленью укропа и подать к столу.

ЗАКУСКИ ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

Закуска из говядины и яблок

Ингредиенты: *300 г отварной говядины, 3–4 яблока, 2 клубня картофеля, 2 соленых огурца, 2 яйца, сваренных вкрутую, 2 помидора, 150 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кружочками. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой, мясо – кубиками. Соленые огурцы нарезать кружочками, яйца очистить и нарубить. Помидоры вымыть и нарезать дольками, зелень петрушки вымыть.

Мясо перемешать с яблоками и яйцами, посолить, поперчить и снова перемешать. Готовую закуску выложить на блюдо, заправить майонезом, украсить кружочками огурцов, помидоров и картофеля, веточками петрушки и подать к столу.

Рулетики из говядины с черносливом

Ингредиенты: *500 г говядины, 150 г чернослива без косточек, 100 г тертого сыра, 1 столовая ложка маргарина, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо промыть, нарезать ломтиками и отбить. Чернослив замочить в теплой воде на 5–7 минут. Затем каждый ломтик говядины посыпать тертым сыром и положить в середину чернослив.

Ломтики скатать рулетиками, закрепить зубочистками и жарить в сковороде с растопленным маргарином до готовности. Рулетики можно подать к столу со сметаной.

Свинина с вареными яйцами

Ингредиенты: *500 г свинины, 5 яиц, 60 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки свиного жира, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Свинину промыть в холодной воде, нарезать кубиками средней величины. В сковороде растопить свиной жир и выложить нарезанное мясо. Готовить в течение 15–20 минут. Яйца сварить, очистить и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и измельчить.

Смешать яйца с мясом, добавить зелень укропа, посолить, поперчить и заправить сметаной.

Фрикадельки из куриного фарша с овощами

Ингредиенты: *300 г куриного фарша, 2 маринованных огурца, 2 клубня картофеля, 2 огурца, 4 яйца, 100 г сметаны, 100 г консервированной кукурузы, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Маринованные огурцы нарезать кружочками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Зелень укропа вымыть и измельчить. Из куриного фарша сформовать фрикадельки, опустить их в кипящую подсоленную воду и варить до готовности. Фрикадельки остудить, выложить на блюдо, поперчить, посыпать кукурузой, рублеными яйцами и зеленью укропа, полить сметаной, оформить картофелем и огурцами и подать к столу.

Форшмак из курицы и семги

Ингредиенты: *300 г отварного мяса курицы, 100 г филе семги, 3 луковицы, 2 яйца, 80 г сметаны, 20 г панировочных сухарей, 2 столовые ложки сливочного масла, 120 г томатной пасты, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. Зелень укропа вымыть, обсушить и нарубить. Мясо курицы, филе семги и лук дважды пропустить через мясорубку, затем протереть через сито, добавить яйца, соль, перец, сметану, взбить. Полученную массу выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями форму и запекать в умеренно разогретой духовке в течение 5–7 минут. Готовый форшмак остудить, нарезать порционными кусками, посыпать зеленью укропа, полить томатной пастой и подать к столу.

Закуска из мяса курицы «Просто и вкусно»

Ингредиенты: *300 г отварного мяса курицы, 3 клубня картофеля, 2 огурца, 1 яблоко, 15 маслин без косточек, 100 г зеленого лука, 100 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать соломкой. Огурцы вымыть и нарезать кубиками. Зеленый лук и укроп вымыть, обсушить и мелко нарубить. Яблоко вымыть, удалить сердцевину и натереть на крупной терке. Мясо курицы нарезать ломтиками, выложить на блюдо, оформить картофелем, огурцами, маслинами, посолить, полить сметаной, посыпать тертым яблоком, укропом и зеленым луком и подать к столу.

Закуска из мяса курицы с сыром

Ингредиенты: *400 г отварного мяса курицы, 150 г сыра, 60 мл куриного бульона, 60 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо пропустить через мясорубку. Сыр натереть на мелкой терке и добавить к куриному фаршу. К полученной массе добавить размягченное сливочное масло и бульон, посолить, поперчить и взбить миксером до получения однородной массы. Перед подачей к столу закуску охладить.

Закуска из мяса курицы, грибов и кукурузы

Ингредиенты: *400 г отварного мяса курицы, 100 г консервированной кукурузы, 100 г маринованных грибов, 1 болгарский перец, 100 г сметаны, 1 пучок зелени базилика, соль по*

вкусу.

Способ приготовления:

Зелень базилика вымыть и нарубить. Маринованные грибы нарезать небольшими ломтиками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена и нарезать тонкими полосками. Мясо нарезать кубиками, смешать с перцем, кукурузой и грибами, посолить, выложить на блюдо, заправить сметаной, посыпать зеленью базилика и подать к столу.

Закуска из мяса курицы, яблок и апельсинов

Ингредиенты: *400 г отварного мяса курицы, 4 яблока, 2 апельсина, 50 г тертого сыра, 100 г майонеза, 50 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо курицы нарезать кубиками. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Апельсины вымыть, очистить и нарезать тонкими кружочками.

Зелень петрушки вымыть и нарезать. Мясо курицы перемешать с яблоками, выложить на блюдо, посолить, поперчить, посыпать тертым сыром, полить смесью майонеза и сметаны. Готовую закуску украсить кружочками апельсинов и веточками петрушки и подать к столу.

Пикантная закуска из курицы

Ингредиенты: *400 г отварного мяса курицы, 100 г зелени сельдерея, 100 г майонеза, сок 1 лимона, 50 г фисташек, листья салата, зеленый лук, мята, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо курицы нарезать, сбрызнуть соком лимона и дать настояться. Листья салата и зеленый лук вымыть. Сельдерей вымыть и нарезать, фисташки и мяту измельчить. Все перемешать, посолить, поперчить, добавить майонез, выложить на листья салата и охладить. Затем украсить закуску зеленым луком и подать к столу.

Закуска по-испански

Ингредиенты: *200 г отварного филе цыпленка, 1 красный болгарский перец, 150 г консервированного зеленого горошка, 3*

столовые ложки оливкового масла, 3 столовые ложки горчицы, 2 столовые ложки столового уксуса, зелень петрушки и эстрагона, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножку и семена, испечь и нарезать соломкой. Зелень петрушки и эстрагона вымыть. Мясо цыпленка нарезать соломкой, посолить, поперчить, добавить болгарский перец, горошек и перемешать. Оливковое масло смешать с горчицей, уксусом и мелко нарезанной зеленью петрушки. Приготовленной смесью заправить закуску, украсить нарезанным эстрагоном и подать к столу.

Закуска из цыпленка с овощами

Ингредиенты: *1 жареный цыпленок, 8 ломтиков хлеба, 2 помидора, 1 огурец, 3 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка сливочного масла, листья салата, зелень петрушки.*

Способ приготовления:

Отделить мясо цыпленка от костей, крупно нарезать и смазать майонезом. Помидоры и огурец вымыть и нарезать кружочками. Листья салата и зелень петрушки вымыть. Ломтики хлеба намазать маслом, положить на них по листу салата с майонезом, кружочек помидора, кусочек мяса цыпленка, лист салата, накрыть ломтиком хлеба и закрепить шпажками. Готовую закуску выложить на блюдо, украсить кружочками огурца, веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из цыпленка с шампиньонами

Ингредиенты: *300 г отварного филе цыпленка, 150 г шампиньонов, 150 г сельдерея, 150 г майонеза, зелень базилика и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы очистить, промыть и отварить в кипящей подсоленной воде. Зелень базилика и петрушки вымыть. Филе цыпленка, шампиньоны и сельдерей нарезать соломкой, посолить, поперчить, заправить майонезом и перемешать. Готовое блюдо украсить веточками петрушки, листиками базилика и подать к столу.

Закуска из колбасы под сырно-горчичным соусом

Ингредиенты:*300 г вареной колбасы, 100 г твердого сыра, 2 помидора, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка горчицы, 1 пучок зелени укропа, перец красный молотый по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, удалить плодоножки и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Колбасу нарезать ломтиками. Сыр натереть на крупной терке. Колбасу выложить в смазанную сливочным маслом сковороду и жарить на слабом огне каждый ломтик с обеих сторон. Сыр смешать с горчицей, поперчить. Колбасу выложить на блюдо, положить поверх каждого ломтика кружочек помидора, смазать горчичным соусом, посыпать укропом и подать к столу.

Острая закуска из колбасы

Ингредиенты: *300 г вареной колбасы, 4 зубчика чеснока, 1 столовая ложка сметаны, 1 чайная ложка аджики, 1 пучок зелени кинзы, черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Сметану смешать с аджикой, поперчить. Чеснок очистить, вымыть и мелко нарубить. Зелень кинзы вымыть и обсушить. Колбасу нарезать ломтиками, выложить на блюдо, посыпать чесноком, смазать смесью аджики и сметаны, украсить веточками кинзы и подать к столу.

Жареная колбаса с баклажанами

Ингредиенты: *300 г вареной колбасы, 200 г баклажанов, 3 столовые ложки растительного масла, 3–4 зубчика чеснока, 100 г зеленого лука, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Баклажаны вымыть, очистить, нарезать кружочками, посолить и оставить на 15 минут. Колбасу нарезать крупными кусками. Зеленый лук вымыть, обсушить и нарубить. Баклажаны выложить в сковороду, добавить растительное масло и жарить в течение 5 минут на среднем огне, затем положить колбасу, перемешать, посолить и жарить до готовности. Баклажаны и колбасу выложить на блюдо, посыпать чесноком и зеленым луком и подать к столу.

Закуска из копченой колбасы с овощами

Ингредиенты: *300 г копченой колбасы, 4 клубня картофеля, 2 соленых огурца, 1 болгарский перец, 4 столовые ложки майонеза, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить, нарезать кружочками и посолить. Соленые огурцы натереть на мелкой терке. Перец вымыть, удалить плодоножку и семена и нарезать маленькими кубиками. Смешать майонез, огурец и болгарский перец, поперчить. Колбасу нарезать кружочками. Картофель выложить на блюдо, сверху разместить кружки колбасы, смазать смесью майонеза и овощей и подать к столу.

Ветчина с яблоками под горчичным соусом

Ингредиенты: *400 г ветчины, 2 красных яблока, 2 столовые ложки тертого хрена, 1 столовая ложка горчицы, 2 столовые ложки лимонного сока, 10 листьев зеленого салата, 1 пучок зелени укропа, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа и листья салата вымыть, обсушить, укроп нарубить.

Яблоки вымыть, вырезать сердцевину, натереть на крупной терке и выжать сок. Ветчину нарезать тонкими полосками и смешать с яблоком. Тертый хрен, лимонный сок и горчицу смешать, поперчить.

На блюдо выложить листья салата, сверху положить ветчину, полить горчичным соусом, посыпать укропом и подать к столу.

Закуска из жареной ветчины

Ингредиенты: *400 г ветчины, 2 яйца, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка острого кетчупа, 1 пучок зелени укропа, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Яйца взбить с перцем. Ветчину нарезать тонкими ломтиками, обмакнуть каждый во взбитое яйцо, обвалять в панировочных сухарях и обжарить в оливковом масле до золотистого цвета.

Ветчину выложить на блюдо, полить кетчупом, посыпать укропом и подать к столу.

Рулетики из ветчины

Ингредиенты: *300 г ветчины, 100 г тертого сыра, 1 морковь, 2 яйца, сваренных вкрутую, 3–4 столовые ложки майонеза, 2–3 дольки чеснока, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Ветчину нарезать ломтиками. Яйца очистить и измельчить. Зелень петрушки вымыть. Морковь вымыть, очистить и нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть и растереть. Тертый сыр смешать с яйцами, растертым чесноком и майонезом, посолить, поперчить и перемешать. На ветчину выложить приготовленную массу, свернуть рулетиками и закрепить шпажками. Готовую закуску украсить кружочками моркови, веточками петрушки и подать к столу.

Рулетики из ветчины с сыром и огурцом

Ингредиенты: *300 г ветчины, 100 г тертого сыра, 1 огурец, 1 болгарский перец, 2–3 столовые ложки майонеза, 10 консервированных маслин без косточек, зелень базилика и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Ветчину нарезать ломтиками. Перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать соломкой. Огурец вымыть, нарезать соломкой, смешать с сыром, посолить, поперчить и заправить майонезом.

Полученную массу выложить на ломтики ветчины, свернуть рулетиками и закрепить шпажками. Зелень вымыть. Готовую закуску посыпать мелко нарезанной петрушкой, украсить маслинами, листиками базилика и подать к столу.

Закуска «Пикантная»

Ингредиенты: *500 г ветчины, 400 г острого сыра, 1 отварной клубень картофеля, 4 яйца, сваренных вкрутую, 1 яблоко, 150 г консервированных оливок, 200 г майонеза, 1 столовая ложка лимонного сока, зелень петрушки, соль и специи по вкусу.*

Способ приготовления:

Ветчину мелко нарезать. Картофель очистить и нарубить. Яйца очистить, мелко нарезать.

Зелень петрушки вымыть. Яблоко вымыть, удалить сердцевину, мякоть мелко нарубить, сбрызнуть лимонным соком.

Оливки мелко нарезать, сыр натереть на терке, все ингредиенты выложить слоями на блюдо, добавить специи и соль и залить майонезом.

Готовую закуску охладить, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из буженины с маринованными огурцами

Ингредиенты: *200 г буженины, 2 маринованных огурца, 50 г маринованных грибов, 1 луковица, 100 г майонеза, 1 лимон, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, зелень петрушки и эстрагона, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами и залить уксусом. Лимон вымыть, разрезать на две половины. Из одной половины отжать сок, другую разрезать на дольки. Буженину и маринованные огурцы нарезать кубиками, добавить грибы и лук. Все перемешать, сбрызнуть соком половины лимона, посолить, поперчить и заправить майонезом. Зелень петрушки и эстрагона вымыть и мелко нарезать. Готовую закуску посыпать зеленью, украсить дольками лимона и подать к столу.

Закуска из сосисок «Завтрак студента»

Ингредиенты: *6 сосисок, 3 клубня картофеля, 100 г майонеза, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 луковицы, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Сосиски мелко нарезать. Сосиски и лук обжарить в сливочном масле, смешать с картофелем, посолить, поперчить, выложить на блюдо, полить майонезом и подать к столу.

Запеченные сосиски

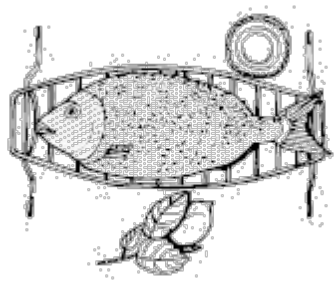
Ингредиенты: *6 сосисок, 100 г твердого сыра, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 огурца, 2 чайные ложки муки, 1 пучок зелени петрушки, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сыр натереть на мелкой терке. Яйца взбить с мукой, солью,

перцем и сыром и смазать полученной массой сосиски. Огурцы вымыть и нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, обсушить и мелко нарубить. Сосиски выложить в смазанную сливочным маслом форму, запекать в умеренно разогретой духовке в течение 5 минут, затем выложить на блюдо, оформить кружочками огурцов, посыпать петрушкой и подать к столу.

ЗАКУСКИ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ



Закуска из сельди с помидорами

Ингредиенты: *500 г филе копченой сельди, 3 луковицы, 3 огурца, 4 помидора, 100 мл растительного масла, пучок зелени укропа.*

Способ приготовления:

Филе копченой сельди мелко нарезать. Огурцы вымыть, натереть на крупной терке. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать мелкими кубиками. Лук очистить, вымыть и нарезать тонкими полукольцами. Зелень укропа вымыть и измельчить.

Смешать рыбу с помидорами, добавить лук, огурцы, зелень, заправить растительным маслом.

Сельдь в горчичном соусе

Ингредиенты: *500 г филе соленой сельди, 2 луковицы, 2 столовые ложки горчицы, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Филе сельди промыть и мелко нарезать. К горчице добавить уксус и хорошо перемешать. Филе сельди и лук выложить слоями на блюдо, залить приготовленным соусом и подать к столу.

Закуска из сельди и яиц

Ингредиенты: *200 г филе соленой сельди, 3–4 яйца, сваренных вкрутую, 1 помидор, 1 лимон, 2 столовые ложки майонеза, 1 пучок листьев зеленого салата.*

Способ приготовления:

Филе сельди нарезать полосками шириной 1–1,5 см и каждую полоску свернуть плотным валиком. Лимон вымыть, очистить и нарезать ломтиками. Листья зеленого салата вымыть. Помидор вымыть и нарезать кружочками. Яйца очистить, разрезать пополам вдоль и выложить на плоское блюдо желтками вверх. На каждую половинку яйца положить валик из сельди, немного майонеза и ломтик лимона. Закуску украсить листьями салата, кружочками помидора и подать к столу.

Закуска из сельди с грибами

Ингредиенты: *500 г филе соленой сельди, 200 г маринованных грибов, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка столового 3 %-ного уксуса.*

Способ приготовления:

Сельдь нарезать крупными кусочками, выложить в селедочницу и полить растительным маслом и уксусом. Лук очистить, вымыть и нарезать тонкими кольцами. Сельдь украсить маринованными грибами, кольцами лука и подать к столу.

Сельдь с картофелем

Ингредиенты: *500 г филе соленой сельди, 6 клубней картофеля, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 50 мл растительного масла, 4 головки репчатого лука, 1 пучок зелени укропа, 1 столовая ложка горчицы.*

Способ приготовления:

Растительное масло смешать с уксусом и горчицей. Филе сельди нарезать мелкими кубиками. Картофель вымыть, отварить, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть и измельчить. Зелень укропа вымыть и мелко нарезать.

На блюдо слоями выложить филе сельди, картофель, лук, зелень и заправить соусом.

Закуска из сельди и стручковой фасоли

Ингредиенты: *200 г филе соленой сельди, 2 клубня картофеля,*

1 помидор, 100 г консервированной стручковой фасоли, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 100 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать соломкой. Помидор вымыть и нарезать дольками, яйцо очистить и нарубить.

Зелень укропа вымыть и нарезать. Филе сельди нарезать кусочками, перемешать с картофелем и стручковой фасолью, посолить, поперчить, выложить на блюдо, посыпать рубленым яйцом и зеленью укропа, полить сметаной и перемешать. Готовую закуску украсить дольками помидора и подать к столу.

Сельдь с яблоками

Ингредиенты: *500 г соленой сельди, 4 яблока, 2 луковицы, 100 г сметаны, красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе сельди нарезать маленькими кубиками. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими полукольцами. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать тонкой соломкой.

Сельдь выложить на блюдо, сверху положить лук и яблоки, поперчить и заправить сметаной.

Закуска из сельди под сметанным соусом

Ингредиенты: *500 г слабосоленой сельди, 2 яблока, 1 болгарский перец, 1 луковица, 100 г тертого сыра, 200 г сметаны, сок 1 лимона, зелень укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе сельди нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать и добавить к сельди. Яблоки и перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать кубиками, перемешать с сельдью и луком, сбрызнуть половиной лимонного сока, посолить, поперчить. Зелень укропа вымыть. Тертый сыр смешать с мелко нарезанным укропом, поперчить, полить оставшимся лимонным соком, добавить сметану. Полученным соусом заправить закуску и подать к столу.

Сельдь с сельдереем

Ингредиенты: *200 г соленой сельди, 1 соленый огурец, 1 корень*

сельдерея, 1 чайная ложка горчицы, 1 луковица, 50 г майонеза.

Способ приготовления:

Филе сельди нарезать мелкими кубиками. Сельдерей вымыть, отварить, очистить и крупно нарезать. Соленый огурец натереть на крупной терке. Смешать майонез с горчицей. Лук очистить, вымыть и измельчить.

К сельди добавить сельдерей, огурец, репчатый лук и заправить соусом.

Закуска из скумбрии и свинины

Ингредиенты: *200 г филе соленой скумбрии, 150 г отварной свинины, 3 клубня картофеля, 2 соленых огурца, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 4 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени укропа, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Соленые огурцы нарезать кубиками, яйцо очистить и нарезать ломтиками. Мясо нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть и измельчить. Для приготовления соуса сметану перемешать с зеленью укропа и перцем. Филе скумбрии нарезать тонкими ломтиками и перемешать с картофелем, свининой, огурцами и яйцом. Готовую закуску выложить на блюдо, полить соусом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из копченой скумбрии и яиц

Ингредиенты: *450 г филе скумбрии холодного копчения, 4–5 яиц, сваренных вкрутую, 4 столовые ложки растительного масла, 1 соленый огурец, 2–3 луковицы, зелень укропа.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарубить. Соленый огурец нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Филе скумбрии нарезать небольшими кусочками. Филе скумбрии выложить на блюдо, сверху положить лук, огурец, яйца, полить растительным маслом, украсить зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из мойвы и лука

Ингредиенты: *400 г соленой мойвы, 3 луковицы, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 50 мл растительного масла.*

Способ приготовления:

Соленую мойву выпотрошить, отрезать головы и плавники. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими полукольцами. На блюдо выложить мойву и лук, сбрызнуть уксусом и заправить растительным маслом.

Закуска из соленой кильки

Ингредиенты: *200 г соленой кильки, 3 клубня картофеля, 1–2 луковицы, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 корень сельдерея, 150 г сметаны, зелень укропа.*

Способ приготовления:

Соленую кильку выпотрошить, отрезать головы и удалить крупные кости. Картофель и корень сельдерея вымыть, отварить, очистить и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Яйца очистить, натереть на мелкой терке. Зелень укропа вымыть. Филе кильки перемешать с луком и яйцами, выложить в селедочницу, украсить веточками укропа, кружочками картофеля и сельдерея, полить сметаной и подать к столу.

Закуска из печени трески

Ингредиенты: *200 г печени трески, 1–2 луковицы, 1 болгарский перец, 100 г майонеза, 1 столовая ложка столового уксуса, листья зеленого салата, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами, залить уксусом и оставить на 20 минут. Перец вымыть, удалить плодоножку и семена и нарезать соломкой. Листья салата вымыть. Кусочки печени трески перемешать с луком и перцем, посолить, поперчить, заправить майонезом. Готовую закуску украсить листьями зеленого салата и подать к столу.

Закуска из печени трески с картофелем

Ингредиенты: *200 г печени трески, 2 клубня картофеля, 2 соленых огурца, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки майонеза, зелень укропа, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель и морковь вымыть, отварить, очистить и натереть

на крупной терке. Лук очистить, вымыть и нарезать. Зелень укропа вымыть. Огурцы мелко нарезать. Печень трески размять вилкой, смешать с картофелем, морковью, огурцами и луком, посолить и поперчить. Готовую закуску выложить на блюдо, полить майонезом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из трески и сыра

Ингредиенты: *300 г филе трески, 50 г сыра, 1 луковица, 2 яйца, 3 маслины, 100 г майонеза, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе трески отварить в подсоленной воде, затем нарезать мелкими кубиками. Репчатый лук очистить, вымыть и измельчить. Сыр натереть на крупной терке. Яйца отварить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Маслины разрезать пополам.

На блюдо выложить рыбу, лук, сыр, яйца, маслины, поперчить и заправить майонезом.

Закуска из консервированной рыбы и яиц

Ингредиенты:*250 г консервированной рыбы в масле, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 3 яйца, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарезать. Зелень петрушки вымыть. Яйца очистить и измельчить.

Из консервированной рыбы удалить кости, размять рыбу вилкой, смешать с яйцами, картофелем и луком, выложить на блюдо, посолить, поперчить, полить майонезом, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Консервированная горбуша с яйцами

Ингредиенты: *500 г консервированной горбуши в масле, 2 луковицы, 4 столовые ложки майонеза, 2 клубня картофеля, 5 яиц, 1 пучок зелени укропа, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Консервированную горбушу размять с помощью вилки. Яйца

отварить, очистить и натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и измельчить. Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

К консервированной рыбе добавить лук, картофель, яйца, зелень, поперчить, посолить, перемешать и заправить майонезом.

Закуска из консервированной горбуши и морской капусты

Ингредиенты: *400 г консервированной горбуши, 200 г консервированной морской капусты, 3 яйца, сваренных вкрутую, 1 луковица, 150 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и мелко нарубить. Зелень петрушки вымыть. Из консервированной рыбы удалить кости. Лук очистить, вымыть и нашинковать. Консервированную рыбу смешать с морской капустой, луком и рублеными яйцами, выложить на блюдо, поперчить, полить майонезом, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Копченая горбуша с рисом

Ингредиенты: *500 г копченой горбуши, 150 г риса, 150 г консервированного зеленого горошка, 5 яиц, 1 лимон, 3 соленых огурца, 1 пучок зелени петрушки, 150 г майонеза, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лимон вымыть, разрезать пополам. Из одной половины выжать сок. Рис отварить и откинуть на дуршлаг. Филе рыбы нарезать мелкими кубиками, сбрызнуть лимонным соком. Яйца отварить, очистить и натереть на крупной терке. Огурцы нарезать мелкими кубиками. Зелень петрушки вымыть и измельчить. Вторую половину лимона очистить и мелко нарезать.

На блюдо выложить слоями рыбу, рис, горошек, огурцы, яйца, лимон, зелень петрушки, посолить, поперчить, заправить майонезом и украсить зеленым горошком.

Щука в маринаде

Ингредиенты: *1 кг филе щуки, 3 моркови, 2–3 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки уксуса,*

2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка сахара, 1 лавровый лист, 3–4 горошины черного перца, 1 бутон гвоздики, корица, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук и морковь очистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Филе щуки промыть, посолить, поперчить и обжарить в сливочном масле, добавить томатную пасту, влить немного воды и тушить в течение 10 минут.

Для приготовления маринада в кипящую воду положить сахар, соль, лавровый лист, гвоздику, перец горошком, корицу, влить уксус, довести до кипения, варить в течение 3 минут, затем процедить.

Филе щуки, лук и морковь выложить на блюдо, залить маринадом и подать к столу.

Закуска из хека и редиса

Ингредиенты: *200 г филе хека, 150 г редиса, 2 огурца, 100 г майонеза, 100 г листового салата, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 1 пучок зеленого лука, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе хека промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, обвалять в панировочных сухарях и жарить на растительном масле до готовности. Редис вымыть и нарезать кружочками. Огурцы вымыть и нарезать дольками. Зеленый лук вымыть и нарубить. Листовой салат вымыть и выложить на блюдо. Жареную рыбу выложить на листья салата, сверху положить редис, посыпать рубленым луком, полить майонезом, украсить дольками огурцов и подать к столу.

Закуска из сайры и сыра

Ингредиенты: *500 г филе сайры, 3 яйца, сваренных вкрутую, 2 луковицы, 100 г сыра, 150 г майонеза, 5–6 маслин, 3–4 листа салата, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца очистить и мелко нарубить. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Листья салата вымыть. Сыр натереть на крупной терке. Филе сайры промыть, отварить в подсоленной воде, нарезать крупными кусками. Выложить на блюдо листья

салата, сверху положить филе рыбы, кольца лука, поперчить, посыпать тертым сыром и рублеными яйцами, полить майонезом, украсить маслинами и подать к столу.

Закуска из красной рыбы

Ингредиенты: *200 г соленой красной рыбы, 1 лимон, 10 консервированных маслин, зелень укропа.*

Способ приготовления:

Рыбу нарезать тонкими ломтиками и выложить на блюдо. Лимон вымыть и нарезать кружочками. Зелень вымыть. На каждый ломтик красной рыбы положить кружок лимона, веточку петрушки и украсить маслинами.

Закуска из кеты

Ингредиенты:*500 г филе кеты, 150 г консервированной кукурузы, 4 столовые ложки риса, 3 луковицы, 150 г майонеза, 3 столовые ложки муки, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени пастернака, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень пастернака вымыть и нарубить. Рис отварить в подсоленной воде и остудить. Филе кеты промыть, посолить, обвалять в муке, жарить на растительном масле в течение 15–20 минут, затем выложить на блюдо, сверху выложить кольца лука, посыпать зеленью пастернака, украсить кукурузой, полить майонезом и подать к столу.

Закуска из лосося и болгарского перца

Ингредиенты: *200 г филе лосося, 1 клубень картофеля, 3–4 болгарских перца, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 100 г майонеза, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Яйцо очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть. Филе рыбы промыть, отварить, мелко нарезать, выложить на блюдо, сверху положить болгарский перец и картофель, посолить, полить майонезом, посыпать рубленым

яйцом, оформить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из морской рыбы и зеленого лука

Ингредиенты: *300 г отварного филе морской рыбы, 100 г майонеза, 50 г тертого хрена, 20 г горчицы, 2 пучка зеленого лука, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зеленый лук вымыть и нарубить. Майонез смешать с горчицей и тертым хреном, посолить. Рыбу нарезать кусочками, перемешать с зеленым луком, выложить на блюдо, полить приготовленным соусом и подать к столу.

Рыбная закуска по-болгарски

Ингредиенты: *500 г филе морской рыбы, 3 луковицы, 100 г консервированной кукурузы, 4 столовые ложки риса, 150 г майонеза, 3 столовые ложки муки, 3 столовые ложки растительного масла, зелень пастернака, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе рыбы посолить, поперчить, обвалять в муке, жарить на растительном масле до готовности. Рис отварить в подсоленной воде и остудить. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень пастернака вымыть и нарезать. Филе рыбы выложить на блюдо, сверху положить рис, кольца лука, посыпать зеленью пастернака, украсить кукурузой, полить майонезом и подать к столу.

Морской окунь с болгарским перцем

Ингредиенты: *500 г филе морского окуня, 2 яйца, 4 болгарских перца, 2 клубня картофеля, 200 г майонеза, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе морского окуня отварить и мелко нарезать. Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Яйца отварить, очистить и натереть на крупной терке. Болгарский перец вымыть, удалить семена и плодоножки, нарезать тонкими полукольцами.

На блюдо выложить слоями рыбу, картофель, яйца, болгарский перец, посолить, поперчить и заправить майонезом.

Морской окунь с зеленым луком

Ингредиенты:*500 г филе морского окуня, 50 г горчицы, 100 г тертого хрена, 2 пучка зеленого лука, 150 г майонеза, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе морского окуня отварить в подсоленной воде, остудить и нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук вымыть и измельчить. Смешать майонез с горчицей, добавить хрен и тщательно перемешать. На блюдо выложить рыбу, зеленый лук, поперчить и полить соусом.

Морской язык с солеными огурцами

Ингредиенты: *500 г морского языка, 2 луковицы, 150 г майонеза, 4 соленых огурца, 1 пучок зелени петрушки.*

Способ приготовления:

Морской язык отварить и нарезать мелкими кубиками.

Репчатый лук очистить, вымыть и измельчить. Соленые огурцы натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Смешать отварной морской язык с огурцами, добавить лук, заправить майонезом и посыпать зеленью.

Морской язык с кукурузой

Ингредиенты: *1 кг филе морского языка, 200 г консервированной кукурузы, 4 луковицы, 100 г риса, 5 столовых ложек муки, 200 г майонеза, 1 пучок зелени базилика, 70 мл растительного масла, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе морского языка промыть, обвалять в муке и выложить на разогретую сковороду с растительным маслом. Жарить с обеих сторон в течение 5–6 минут. Рис отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и остудить.

Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими полукольцами. Зелень базилика вымыть и измельчить.

Консервированную кукурузу смешать с рисом, луком, зеленью базилика, посолить, поперчить и заправить майонезом.

Готовое филе морского языка выложить на блюдо, сверху положить рис и подать к столу.

Закуска из кальмаров, яиц и кукурузы

Ингредиенты: *1 кг кальмаров, 4 яйца, 100 г сметаны, 1 луковица, 1 пучок зелени базилика, 200 г консервированной кукурузы, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень базилика вымыть, обсушить и мелко нарубить. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, ошпарить кипятком и нарезать кольцами. Кальмары промыть, обдать кипятком, очистить, отварить в подсоленной воде и нарезать крупными кусками. Куски кальмаров, кружочки яиц и кукурузу выложить слоями в салатницу, поперчить, украсить кольцами лука, полить сметаной, посыпать базиликом и подать к столу.

Закуска из кальмаров «Тропическая»

Ингредиенты: *500 г кальмаров, 1 апельсин, 1 зеленое яблоко, 4 столовые ложки консервированной кукурузы, 2 столовые ложки лимонного сока, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Кальмары промыть, обдать кипятком, очистить, отварить в подсоленной воде и нарезать крупными кусками. Апельсин вымыть, очистить, мелко нарезать и немного выжать сок. Яблоко вымыть, удалить сердцевину и натереть на крупной терке.

Кальмары смешать с апельсином, яблоком, кукурузой, выложить горкой на блюдо, поперчить, полить лимонным соком и подать к столу.

Закуска из кальмаров и яблок

Ингредиенты: *200 г кальмаров, 20 небольших ломтиков ржаного хлеба квадратной формы, 3 больших яблока, 2 луковицы, 100 г сливочного масла, 100 г майонеза, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Кальмары промыть, обдать кипятком, очистить, отварить в подсоленной воде и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарубить. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить.

Кальмары перемешать с луком и укропом, посолить, поперчить и заправить майонезом. Ломтики хлеба подсушить в

тостере, смазать сливочным маслом, сверху положить кружки яблок, а на них – приготовленную смесь кальмаров и лука. Блюдо подавать охлажденным.

Кальмары с морковью, яблоками и орехами

Ингредиенты: *400 г кальмаров, 3 моркови, 2 столовые ложки оливкового масла, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 1 яблоко, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, отварить, очистить и мелко нарезать. Яблоко вымыть, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Кальмары промыть, ошпарить кипятком, очистить, отварить в подсоленной воде и нарезать крупными кусками.

Морковь смешать с яблоком и орехами, выложить на блюдо, посолить, поперчить, полить оливковым маслом, сверху положить кальмары, посыпать зеленью укропа, сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

Кальмары под соусом «Нежность»

Ингредиенты: *500 г кальмаров, 2 столовые ложки растительного масла, 250 мл сливок, 1 столовая ложка сливочного масла, 4 столовые ложки муки, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Кальмары промыть, обдать кипятком, очистить, нарезать крупными кусками, обвалять в муке (3 столовые ложки), выложить на разогретую сковороду, посолить и обжарить в растительном масле. Выложить кальмары в небольшую кастрюлю. Обжарить оставшуюся муку в сливочном масле, положить ее в сливки, добавить укроп, перец, тщательно размешать и залить соусом кальмары.

Тушить кальмары под закрытой крышкой в течение 5–8 минут. Подавать блюдо горячим.

Закуска из креветок

Ингредиенты: *200 г креветок, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 столовая ложка сливочного масла, зеленый лук, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Креветки варить в кипящей подсоленной воде в течение 4 минут. Затем охладить, очистить и нарезать. Яйца очистить и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и нарезать. Перемешать подготовленные ингредиенты, добавить размягченное сливочное масло и еще раз перемешать.

Креветки с рисом и ананасами

Ингредиенты: *200 г креветок, 100 г риса, 100 г консервированных ананасов, 1 яблоко, 100 мл сливок, 2 чайные ложки лимонного сока, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Консервированные ананасы нарезать небольшими кубиками. Креветки промыть, отварить в подсоленной воде, очистить и сбрызнуть лимонным соком. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать соломкой и смешать с ананасами. Рис отварить в подсоленной воде, откинуть на сито, обдать холодной водой и остудить. Выложить рис на блюдо, сверху положить креветки, яблоки с ананасами, полить сливками и подать к столу.

Закуска из креветок с зеленым горошком

Ингредиенты: *300 г креветок, 200 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, сваренных вкрутую, 100 г майонеза, листья зеленого салата, лимонный сок, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Креветки отварить в кипящей подсоленной воде. Затем охладить, очистить, нарезать и сбрызнуть лимонным соком. Листья зеленого салата вымыть. Яйца очистить, нарезать, добавить креветки и зеленый горошек. Все перемешать, посолить, заправить майонезом и украсить листьями салата.

Закуска из креветок и патиссонов

Ингредиенты:*250 г креветок, 150 г маринованных патиссонов, 2 клубня картофеля, 100 г маринованных грибов, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 150 г майонеза, 1 столовая ложка лимонного сока, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Яйцо очистить и нарубить.

Патиссоны и грибы промыть, очистить и нарезать ломтиками. Креветки промыть, отварить, очистить и сбрызнуть лимонным соком.

Картофель смешать с патиссонами, грибами и яйцом, выложить на блюдо, посолить, поперчить, сверху положить креветки, полить майонезом и подать к столу.

Закуска из мяса крабов и яиц

Ингредиенты: *200 г консервированного мяса крабов, 3–4 яйца, сваренных вкрутую, 100 г сметаны, 1 пучок зеленого лука, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо крабов нарезать ломтиками. Яйца очистить и нарезать кружочками. Зеленый лук вымыть и нарубить. Мясо крабов смешать с зеленым луком, посолить, поперчить, выложить на блюдо, заправить сметаной, украсить кружочками яиц и подать к столу.

Закуска из мяса крабов и болгарского перца

Ингредиенты: *300 г консервированного мяса крабов, 4 яйца, 2 болгарских перца, 100 г зеленого лука, 3 столовые ложки майонеза, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо крабов нарезать ломтиками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарезать кружочками. Зеленый лук и укроп вымыть, обсушить и мелко нарубить. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена и нарезать небольшими кубиками. Мясо крабов смешать с перцем и зеленым луком, посолить, поперчить, выложить на блюдо, заправить майонезом, сверху положить кружочки яиц, посыпать укропом и подать к столу.

Закуска из крабов и маринованных опят

Ингредиенты:*400 г консервированного мяса крабов, 200 г маринованных опят, 1 помидор, 1 луковица, 100 г сметаны, 2 яйца, 100 г филе копченой семги, 1 пучок зелени укропа, перец и соль по*

вкусу.

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Опята измельчить. Зелень укропа вымыть. Филе копченой семги нарезать небольшими кусочками. Помидор вымыть, опустить на 4–5 минут в кипяток, затем очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками.

Мясо крабов нарезать ломтиками, смешать с грибами, помидором, луком и яйцами, посолить, поперчить, выложить на блюдо, полить сметаной, оформить кусочками копченой семги, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из консервированных крабов и кукурузы

Ингредиенты: *200 г консервированного мяса крабов, 100 г консервированной кукурузы, 3 яйца, 10 листьев зеленого салата, 2 клубня картофеля, 1 помидор, 3 столовые ложки растительного масла, 100 мл сливок, 1 пучок зелени кинзы, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, очистить и нарубить. Картофель вымыть, очистить, нарезать брусочками и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Помидор вымыть, удалить плодоножку и нарезать тонкими дольками.

Листья зеленого салата и зелень кинзы вымыть, обсушить, листья салата выложить на блюдо, а зелень кинзы нарубить.

Мясо крабов нарезать ломтиками, смешать с кукурузой и яйцами, посолить, поперчить, выложить горкой на листья салата, оформить жареным картофелем, дольками помидора, полить сливками и подать к столу.

Закуска из консервированных крабов и зеленого горошка

Ингредиенты: *200 г консервированного мяса крабов, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 3 яйца, сваренных вкрутую, 100 г консервированного зеленого горошка, 200 г майонеза, листья зеленого салата, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель и морковь вымыть, отварить, очистить, нарезать кружочками. Яйца очистить, мелко нарезать, листья зеленого салата вымыть и выложить на блюдо. Мясо крабов нарезать ломтиками, смешать с зеленым горошком и яйцами, посолить, выложить горкой на листья салата, украсить кружочками

картофеля и моркови, полить майонезом и подать к столу.

Закуска из омара и яиц

Ингредиенты: *200 г мяса омара, 6–8 ломтиков хлеба, 2 яйца, сваренных вкрутую, 100 г сливочного масла, 6–8 маслин без косточек, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Мясо омара отварить в подсоленной воде, затем нарезать ломтиками. Яйца очистить и нарезать кружочками. Хлеб намазать маслом, сверху положить кружочки яйца, маслины и ломтики омара, посолить. Зелень петрушки вымыть. Готовую закуску украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из мидий под соусом

Ингредиенты: *10 мидий, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, сок 1 лимона, 1 лавровый лист, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть. Мидии варить в подсоленной воде с луковицей и лавровым листом до готовности. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Муку обжарить в 1 столовой ложке сливочного масла, развести в отваре от мидий, варить в течение 10 минут и снять с огня. Затем заправить оставшимся сливочным маслом и лимонным соком. Полученным соусом залить мидии, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, поперчить и подать к столу.

Запеченные мидии с сыром

Ингредиенты: *10 мидий, 1 луковица, 150 г сыра, 100 мл куриного бульона, по 1 столовой ложке сливочного и растительного масла, 3 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки лимонного сока, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами и обжарить в растительном масле. Сыр натереть на крупной терке. Мидии тщательно вымыть с помощью щетки, уложить в глубокую сковороду, добавить бульон, посолить и припустить на слабом

огне до готовности. Извлечь мидии из раскрывшихся раковин, положить в другую сковороду, полить растопленным сливочным маслом, посыпать луком и сыром, посолить, поперчить и запекать в разогретой до 200 °С духовке 10–15 минут.

Приготовить соус: смешать бульон, в котором варились мидии, томатную пасту, лимонный сок, посолить, поперчить и нагревать на слабом огне 4–5 минут. В порционные тарелки налить соус, положить мидии и подать к столу.

Запеченные устрицы с сыром

Ингредиенты: *15 устриц, 100 г твердого сыра, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 пучок зелени укропа, 3 столовые ложки сливочного масла, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить. Раковины устриц вымыть, затем вскрыть таким образом, чтобы устрица осталась в глубокой створке. Сыр натереть на крупной терке. В сковороду выложить устрицы, полить их лимонным соком и растопленным сливочным маслом, посыпать сыром, посолить, поперчить и запекать в разогретой до 180 °С духовке в течение 15–18 минут. Затем устрицы немного остудить, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Суп по-генуэзски

Ингредиенты: *300 г баклажанов, 100 г зеленой фасоли, 100 г картофеля, 2 помидора, 50 г свежих белых грибов, 3 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки риса, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка сливочного масла, 30 г грецких орехов, 20 г брынзы, 2 зубчика чеснока, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи, грибы и зелень вымыть. Овощи очистить и нарезать ломтиками, положить в кастрюлю, добавить нарезанные грибы и зеленую фасоль, промытый рис, оливковое масло, залить 1 л холодной воды, посолить и варить на слабом огне до готовности. Чеснок очистить, растереть с грецкими орехами, добавить измельченную брынзу, растительное и сливочное масло, все перемешать.

Готовый суп заправить приготовленной смесью, поперчить и подать к столу с тостами.

Кабачковый суп

Ингредиенты: *500 г кабачков, 200 г картофеля, 100 г шпината, 1 морковь, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи вымыть, нарезать дольками, лук и морковь обжарить в

разогретом растительном масле. В кипящую воду положить кабачки, картофель, лавровый лист и довести до кипения. Затем добавить обжаренные овощи и варить до мягкости. За 5 минут до окончания варки добавить нашинкованные листья шпината, соль и перец. Перед подачей к столу в тарелку с супом добавить нарубленную зелень укропа и петрушки.

Суп картофельный с мускатным орехом и гвоздикой

Ингредиенты: *4 клубня картофеля, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка томатного соуса, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1/2 чайной ложки мускатного ореха, 2 звездочки гвоздики, зелень укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель, морковь, лук и корни петрушки и сельдерея очистить и нарезать небольшими кубиками. Положить все в глубокую кастрюлю с разогретым сливочным маслом, залить водой и поставить в микроволновую печь. Тушить 2 минуты при полной мощности.

Насыпать в чашку муку, хорошо растереть ее с небольшим количеством воды и добавить в овощной бульон вместе с томатным соусом, солью и пряностями. Поставить кастрюлю в микроволновку и варить при полной мощности еще 1 минуту.

Перед подачей супа на стол положить в тарелки измельченную зелень укропа.

Суп пшенный с квашеной капустой

Ингредиенты*: 1/2 стакана пшена, 1 стакан квашеной капусты, 2 клубня картофеля, 1 головка репчатого лука, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка томатной пасты, 4 чайные ложки сметаны, зелень укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Влить растительное масло в емкость из огнеупорного материала, положить в нее нарезанный кольцами и смешанный с томатной пастой репчатый лук. Нагревать в микроволновке 1 минуту при полной мощности. Пшено перебрать и хорошо промыть.

Картофель нарезать небольшими кубиками. Налить в

глубокую кастрюлю воду, опустить в нее пшено и картофель и поставить в микроволновую печь. Варить 5 минут при полной мощности.

Квашеную капусту промыть холодной водой и мелко нарубить. Добавить в суп капусту, обжаренный с томатной пастой лук, соль и перец, поставить в печь и варить, не переключая мощности, еще 5 минут. Готовое блюдо заправить сметаной, украсить измельченной зеленью и чесноком, пропущенным через чеснокодавилку.

Суп с помидорами и сладким перцем

Ингредиенты: *6 помидор, 5 сладких перцев, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, мускатный орех, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать мелкими дольками. Поместить их в емкость из жаропрочного материала и поставить в микроволновую печь. Нагревать до тех пор, пока из помидорной массы не выпарится жидкость.

Лук нарезать кубиками, положить в посуду с растительным маслом и прогревать в микроволновой печи 5 минут при полной мощности.

Сладкий перец нарезать соломкой и вместе с помидорной массой и луком поместить в глубокую кастрюлю. Залить водой, посолить и варить 10 минут при средней мощности.

В готовый суп добавить мускатный орех и хорошо взбитые яйца, тщательно перемешать.

Суп с брокколи и зеленым горошком

Ингредиенты: *150 г брокколи, куриный бульон, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 4 клубня картофеля, 2 помидора, 2 моркови, 2 корня сельдерея, 2 луковицы, 2 столовые ложки топленого масла, зелень петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Репчатый лук нарубить, положить вместе с топленым маслом в кастрюлю и держать в микроволновой печи, включенной на полную мощность, в течение 2 минут. Картофель, морковь и корни сельдерея очистить и нарезать кубиками. Влить в кастрюлю с обжаренным луком куриный бульон, опустить в него

картофель, лук и корни сельдерея, посолить и поперчить. Варить под крышкой 10 минут при полной мощности печи. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу, нарезать и положить в суп.

Добавить зеленый горошек и варить 5 минут, не снижая уровня мощности. Разделить брокколи на соцветия и опустить в суп. Варить еще 2 минуты.

При подаче супа на стол положить в тарелки измельченную зелень петрушки.

Суп со стручками фасоли и зеленого горошка

Ингредиенты: *4 столовые ложки риса, мясной бульон, стручки фасоли, стручки зеленого горошка, 2 помидора, 3 моркови, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, 1 корень сельдерея, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 чайные ложки томатной пасты, 4 столовые ложки тертого сыра, лавровый лист, зелень укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Рис тщательно промыть в теплой воде. Поместить сливочное масло на тарелку из огнеупорного материала и растопить в микроволновой печи. Положить в него измельченный чеснок и мелко нарезанный лук и поставить в печь. Прогревать 1 минуту при полной мощности. Затем лук и чеснок переложить в глубокую кастрюлю, добавить морковь и корень сельдерея, предварительно натертые на крупной терке. Поместить овощи в печь и прогревать 5 минут при средней мощности. По прошествии этого времени влить в кастрюлю с овощами мясной бульон, положить томатную пасту, соль и перец и варить при полной мощности 2 минуты.

Добавить в суп мелко нарезанные стручки фасоли и зеленого горошка, всыпать промытый рис, положить лавровый лист.

Варить до полной готовности риса, после чего опустить в суп очищенные от кожицы и нарезанные дольками помидоры и тертый сыр. Снизить уровень мощности до среднего и варить еще 2 минуты.

Перед подачей на стол в тарелки с супом положить нарезанную зелень укропа.

Солянка с маринованными грибами

Ингредиенты: *400 г маринованных шампиньонов, 300 г соленых огурцов, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатного соуса, 2 луковицы, лимон, маслины,*

лавровый лист, зелень укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления:

Шампиньоны обмыть холодной водой и нарезать дольками. Соленые огурцы очистить от кожицы и нарезать соломкой. Репчатый лук очистить, измельчить и обжарить до золотистого цвета в разогретом растительном масле, затем смешать с томатным соусом, перцем, лавровым листом и тушить в течение 5 минут. К обжаренному луку добавить огурцы и грибы, залить холодной водой, посолить, довести до кипения и варить 15 минут.

Перед подачей на стол солянку украсить тонкими ломтиками лимона, маслинами и мелко нарезанной зеленью укропа.

Окрошка из шампиньонов и зеленого лука

Ингредиенты: *1½ л кваса, 5 клубней картофеля, 200 г маринованных шампиньонов, 2 огурца, 100 г зеленого лука, зелень укропа и петрушки, кинза, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель помыть и отварить в подсоленной воде. Затем остудить, снять кожицу и нарезать кубиками. Грибы сполоснуть кипяченой водой и измельчить. Огурцы очистить от кожицы и мелко нарезать. Укроп, петрушку, кинзу и зеленый лук помыть под проточной водой и измельчить. Выложить подготовленные ингредиенты в кастрюлю, посолить и залить их квасом.

Суп-пюре с шампиньонами и яичными желтками

Ингредиенты: *4 стакана молока, 500 г шампиньонов, 2 яичных желтка, 200 мл сливок, 3 моркови, 2 луковицы, 6 столовых ложек сливочного масла, 2 столовые ложки пшеничной муки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Шампиньоны промыть проточной водой и пропустить через мясорубку. Морковь нарезать тонкими кружочками, репчатый лук – полукольцами. Подготовленные овощи выложить в эмалированную кастрюлю, добавить 3 столовые ложки масла и тушить в течение 20 минут при слабом кипении. Муку обжарить на сковороде до подрумянивания в оставшемся сливочном масле, влить молоко и довести до кипения. Морковь и лук вынуть из кастрюли с помощью шумовки (они больше не понадобятся), а

грибное пюре залить молоком, посолить и варить в течение 10 минут.

В горячий суп-пюре влить взбитые вместе со сливками желтки и подать на стол.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ

Суп-лапша по-итальянски

Ингредиенты: *100 г ветчины, мясной бульон, 4 столовые ложки отварной яичной лапши, 100 г цукини, 2 помидора, 1 морковь, 1 стакан белого сухого вина, 3 столовые ложки тертого сыра, 2 столовые ложки томатной пасты, 1/2 чайной ложки сахара, зеленый лук, базилик, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и цукини очистить, нарезать небольшими кусочками и положить в глубокую кастрюлю. Влить в нее белое вино, добавить рубленый зеленый лук и поставить в микроволновую печь. Варить 8 минут при полной мощности. Ветчину нарезать мелкими кубиками. Помидоры очистить от кожицы, удалить семена и измельчить. Положить в кастрюлю с овощами и вином помидоры, томатную пасту, ветчину, залить все мясным бульоном и поставить в печь. Варить под крышкой в течение 6 минут при полной мощности. По прошествии указанного времени опустить в суп отварную лапшу, всыпать сахар, посолить, поперчить и поставить в печь на 6 минут, не меняя мощности.

Перед подачей на стол положить в тарелки с супом тертый сыр и мелко нарезанный базилик.

Суп с окороком и зеленым горошком

Ингредиенты:*150 г консервированного зеленого горошка, мясной бульон, 150 г копченого свиного окорока, 1 помидор, 1 пучок*

зеленого лука, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления:

Зеленый лук тщательно промыть, измельчить, выложить его на сковороду со сливочным маслом и обжарить, после чего добавить нарезанный дольками помидор, консервированный зеленый горошек, влить бульон, посолить, поперчить и варить на медленном огне 5 минут. Копченый окорок нарезать небольшими кубиками, добавить в суп и варить до готовности.

Зелень укропа помыть, измельчить и украсить ею суп перед подачей на стол.

Чечевичный суп с беконом и морковью

Ингредиенты: *2 бульонных кубика, 1 стакан чечевицы, 300 г бекона, 2 луковицы, 1 морковь, зелень петрушки, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Бекон нарезать мелкими кубиками, положить в кастрюлю и поставить в микроволновую печь. Прогревать при полной мощности 4 минуты. Затем половину бекона переложить в отдельную посуду, вторую половину оставить в кастрюле. Чечевицу перебрать, промыть в теплой воде. Лук мелко нарубить, морковь нарезать тонкой соломкой. Бульонные кубики растворить в горячей воде и влить в кастрюлю с беконом. Всыпать туда же чечевицу, положить морковь и лук. Накрыть кастрюлю крышкой, поставить в микроволновую печь и варить при максимальной мощности до полной готовности чечевицы.

Затем суп охладить, отлить немного буль она в отдельную емкость. Половину овощей вынуть из кастрюли, размять, добавить бульон и сделать пюре. Переложить пюре в кастрюлю с супом, опустить туда же оставшийся бекон, добавить рубленую зелень петрушки, поперчить и посолить. После этого суп снова поместить на 1 минуту в микроволновую печь, включенную на полную мощность.

Суп с мясными фрикадельками

Ингредиенты: *500 г мякоти говядины, 100 г вермишели, 4 клубня картофеля, 2 луковицы, 1 сладкий перец, 2 моркови, 1 яичный белок, 1 чайная ложка томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, лавровый лист, зелень петрушки,*

соль и черный молотый перец.

Способ приготовления:

Мякоть промыть, пропустить через мясорубку, тщательно перемешать с яичным белком, посолить, поперчить и сформовать фрикадельки. Лук и морковь очистить, мелко нарезать, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом и обжарить до золотистого цвета. Из сладкого перца удалить семена и нарубить его тонкими полосками. Картофель очистить и нарезать кубиками.

Подготовленные овощи и фрикадельки опустить в кипящую подсоленную воду и варить суп 10–15 минут, добавив томатную пасту и лавровый лист. Перед подачей на стол украсить его тщательно промытой и измельченной зеленью петрушки.

Суп-пюре с гренками

Ингредиенты: *200 г говяжьей печени, мясной бульон, 1 луковица, 1 морковь, 1 яичный желток, 1/2 стакана сливок, 1 столовая ложка растительного масла, гренки, зелень укропа и петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь и лук очистить, измельчить и обжарить в разогретом растительном масле до получения золотистого оттенка. Печень промыть, очистить, нарезать небольшими кусочками, добавить к моркови и луку и тушить в течение 5 минут. Бульон влить в кастрюлю, довести до кипения, добавить печень, морковь и лук, посолить и поперчить, добавить измельченную зелень и варить в течение 20 минут, после чего тщательно протереть через металлическое сито. Сливки взбить вместе с желтком и добавить к супу.

Перед подачей на стол добавить в суп гренки.

Суп грибной с телятиной

Ингредиенты: *300 г отварной телятины, 70 г свежих шампиньонов, мясной бульон, 2 клубня картофеля, 2 моркови, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень петрушки, укропа и сельдерея, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы тщательно промыть проточной водой, нарезать ломтиками и тушить на сковороде до полуготовности в сливочном масле. Зелень петрушки, укропа и сельдерея

измельчить. Картофель очистить и нарезать кубиками. Морковь натереть на крупной терке.

В кастрюлю налить бульон, довести его до кипения, добавить кусочки телятины, грибы, овощи, зелень, соль и перец, накрыть крышкой и варить в течение 20–25 минут.

Окрошка с телятиной

Ингредиенты: *3 стакана хлебного кваса, мясной бульон, 5 клубней картофеля, 300 г отварной телятины, 200 г редиса, 2 огурца, 4 яйца, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Отварную телятину нарезать небольшими кусочками. Яйца сварить вкрутую, очистить и измельчить. Картофель отварить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Зелень петрушки и укропа и зеленый лук тщательно промыть и нарубить. Очищенные от кожицы огурцы и редис нарезать тонкими ломтиками, смешать с мясом, яйцами, картофелем, зеленым луком и зеленью и приправить солью. Смесь разложить в порционные тарелки и залить хлебным квасом, смешанным с мясным бульоном.

Суп картофельный с курицей

Ингредиенты: *300 г мякоти курицы, 1 клубень картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 сладкий перец, зелень петрушки, соль и черный молотый перец.*

Способ приготовления:

Мякоть курицы залить холодной водой, довести до кипения и варить, периодически снимая пену. Морковь очистить, промыть, натереть на крупной терке и опустить в бульон. Картофель и репчатый лук очистить и мелко нарезать. Из сладкого перца удалить семена, измельчить его и добавить в суп вместе с картофелем и луком. Затем всыпать соль и молотый перец и варить 15 минут.

Перед подачей на стол посыпать разлитый по тарелкам суп предварительно измельченной зеленью петрушки.

Вермишелевый суп с куриным мясом

Ингредиенты: *200 г куриного мяса, 1 клубень картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень сельдерея, 1 столовая ложка вермишели, зелень петрушки, соль и черный и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Куриное мясо мелко нарезать, положить в кастрюлю и залить водой. Опустить туда мелко рубленный корень сельдерея и поставить в микроволновую печь. Варить 10 минут при полной мощности, снимая по мере необходимости пену. Очистить все овощи. Лук нарезать полукольцами, картофель – кубиками, морковь – кружочками. Опустить овощи в бульон и варить суп еще 3 минуты при полной мощности, после чего всыпать в кастрюлю вермишель, соль и перец. Поставить суп в печь, выставить среднюю мощность и варить еще 2 минуты.

Перед подачей на стол в тарелки с супом насыпать мелко нарезанную зелень петрушки.

Суп «Чорбе»

Ингредиенты: *1 куриная грудка, 6 клубней картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 корня петрушки, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

В глубокую кастрюлю с подсоленной водой положить куриную грудку. Варить в микроволновой печи 12 минут при полной мощности. Отварное мясо мелко нарезать.

Лук, корни петрушки и морковь очистить и измельчить. Положить лук и коренья вместе со сливочным маслом в емкость из огнеупорного стекла и поставить в печь. Тушить 5 минут при полной мощности, время от времени перемешивая. После этого влить в тушеные овощи уксус и прогревать еще 2–3 минуты.

Очищенный и нарезанный дольками картофель опустить в куриный бульон и поставить в микроволновую печь. Варить при полной мощности 5 минут, затем добавить тушеные овощи, муку, соль и перец и варить еще 10 минут, не меняя уровня мощности.

Готовый суп заправить сметаной. Перед подачей на стол положить в тарелки кусочки куриного мяса и сметану.

Рассольник с курицей

Ингредиенты: *800 г курицы, 6 клубней картофеля, 2 соленых огурца, 2 моркови, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 4 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки топленого масла, 1 пучок зелени петрушки, 3 горошины черного перца, лавровый лист, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Курицу помыть, нарезать небольшими кусками, положить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить и отварить. Лук и коренья очистить, измельчить и обжарить в разогретом топленом масле. Картофель очистить, нарезать соломкой, добавить вместе с обжаренными овощами и кореньями в бульон и варить в течение 10 минут.

Огурцы очистить от кожицы, мякоть нарезать мелкими кубиками и добавить в суп вместе с горошинами перца и лавровым листом.

Рассольник довести до готовности, заправить сметаной и посыпать измельченной зеленью петрушки.

Окрошка с курицей и грибами

Ингредиенты: *300 г куриного филе, 150 г маринованных грибов, 150 мл огуречного рассола, 6 стаканов кваса, 3 яйца, 2 клубня картофеля, 2 огурца, 1 морковь, 1 яблоко, 1 луковица, 2 чайные ложки горчицы, зеленый лук, зелень укропа и сельдерея, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Куриное филе помыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить и варить до готовности, после чего вынуть из бульона, остудить и нарезать небольшими порционными кусочками. Морковь и картофель отварить в кожуре, затем очистить и нарезать. У яблока удалить семена и сердцевину, очистить от кожицы, мякоть нарезать тонкими ломтиками. Огурцы и репчатый лук очистить и измельчить. Зеленый лук, сельдерей и укроп помыть и нарубить. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать половинками. Грибы нарезать кусочками.

Все ингредиенты соединить, залить рассолом и квасом, добавить половинки яиц.

Щи с куриными потрохами и савойской капустой

Ингредиенты: *250 г савойской капусты, 400 г куриных*

потрохов (сердца, желудки, печень), 2 моркови, 2 луковицы, 1 столовая ложка растительного масла, зелень укропа и петрушки, соль и черный перец горошком по вкусу.

Способ приготовления:

Куриные потроха промыть, залить холодной водой и отварить. Морковь и репчатый лук очистить, мелко нарезать, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом и обжарить до подрумянивания. Капусту нашинковать, положить в бульон вместе с луком и морковью, приправить солью и перцем горошком, довести до кипения и варить в течение 3 минут.

Готовый суп перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Суп с лососем и каперсами

Ингредиенты: *250 г отварного филе лосося, овощной бульон, 6 каперсов, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка томатной пасты, 1/2 чайной ложки пасты из анчоусов, 1 чайная ложка измельченной лимонной цедры, 1 пучок зелени петрушки, зелень тимьяна, эстрагона и укропа, соль и молотый красный перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Луковицу очистить и мелко нарезать. Одну столовую ложку сливочного масла положить в глубокую кастрюлю, всыпать в нее измельченный лук и жарить в микроволновой печи, установленной на полную мощность, в течение 5 минут. Картофель очистить, нарезать мелкими кубиками и добавить к обжаренному луку. Налить в кастрюлю овощной бульон и снова поместить в печь. Варить под крышкой 10 минут при полной мощности.

Чеснок измельчить с помощью чеснокодавилки, смешать его с томатной и анчоусной пастой, добавить 1 столовую ложку сливочного масла, лимонную цедру, мелко нарезанные каперсы и рубленую зелень петрушки. Поперчить, посолить и хорошо перемешать массу.

Отваренный картофель достать из бульона, размять и снова опустить в кастрюлю. Положить в нее смесь с каперсами и чесноком, добавить нарезанное филе лосося.

В тарелки с супом перед подачей на стол положить измельченные укроп, тимьян и эстрагон.

Щи из белуги

Ингредиенты: *200 г филе белуги, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки квашеной капусты, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе белуги положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, варить в течение 10 минут, а затем вынуть из кастрюли. В рыбный бульон положить промытую холодной водой квашеную капусту и варить 5 минут. Морковь и репчатый лук очистить, мелко нарезать, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом и обжарить до золотистого цвета, после чего положить томатную пасту, потушить и добавить их к капусте. Бульон приправить солью и перцем. Положить в него лавровый лист и рыбное филе и варить до готовности.

Перед тем как снять суп с плиты, посыпать его измельченной зеленью укропа и петрушки.

Солянка рыбная

Ингредиенты: *2 щуки, 100 г мяса крабов, 50 г шампиньонов, 3 соленых огурца, 1 столовая ложка мелко нарезанных каперсов, 4 помидора, 2 луковицы, 1 лимон, 12 маслин, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки сливочного масла. 4 столовые ложки сметаны, 1/2 стакана муки, 1 пучок зелени укропа, 1 пучок зелени петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Очистить щук от чешуи, отделить мясо от костей, нарезать кусочками, посолить и полить соком лимона. Из голов и костей сварить бульон. В сковороду положить сливочное масло и рубленый репчатый лук. Обжарить его до золотистого цвета. Шампиньоны нарезать полосками, соленые огурцы и корень петрушки – кубиками. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы и нашинковать. Положить в глубокую кастрюлю грибы, огурцы, корень петрушки, помидоры, выложить туда же обжаренный лук, посолить и поперчить. Потушить на медленном огне, затем перемешать, влить в кастрюлю 3 стакана процеженного рыбного буль она, опустить кусочки рыбы и крабов и варить еще 15 минут.

Развести муку в небольшом количестве воды, добавить рубленую зелень петрушки, хорошо перемешать и положить в суп.

Варить солянку еще 7 минут, затем положить в кастрюлю маслины, мелко нарезанные каперсы и сметану.

Перед подачей на стол посыпать суп рубленой зеленью укропа.

Суп-пюре «Лангедок»

Ингредиенты: *1 кг филе судака, 3 л рыбного бульона, 150 г моркови, 80 г репчатого лука, по 50 г корней петрушки и сельдерея, 1 желток, 200 мл сливок, 130 г сливочного масла, 100 г муки, 70 г твердого сыра, 20 мл растительного масла, красный молотый перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь вымыть, отварить в подсоленной воде, очистить и нарезать кружками. Лук, корни сельдерея и петрушки вымыть, очистить и нарезать кружками. Филе судака промыть, обсушить, нарезать порционными кусками, уложить в смазанный растительным маслом сотейник. Сверху положить лук, петрушку, сельдерей, влить 200 мл горячей воды, посолить, поперчить и варить до готовности. Рыбный бульон процедить, довести до кипения, всыпать в него муку и варить 10 минут. Готовую рыбу остудить, отложить 2–3 куска, остальные пропустить через мясорубку вместе с луком, петрушкой и сельдереем. Добавить немного бульона, посолить, поперчить, тщательно размешать и влить рыбную массу в бульон. Варить суп еще 5–7 минут. Тем временем сливки, желток и размягченное сливочное масло смешать, растереть и поперчить.

В готовый суп влить заправку, положить кружки вареной моркови, посыпать тертым сыром.

Солянка «Партизан»

Ингредиенты: *850 г филе карпа, 2 л рыбного бульона, 200 г соленых огурцов, 150 г репчатого лука, 100 г каперсов, 80 г корня петрушки, 100 г лимона, 100 мл томатного сока, 80 мл огуречного рассола, 50 г сливочного масла, 20 мл лимонного сока, зелень укропа и петрушки, 10 г лаврового листа, 10 г душистого перца горошком, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе промыть, отварить в рыбном бульоне, остудить и нарезать небольшими кусочками. Бульон процедить. Огурцы очистить, нарезать ломтиками и варить в бульоне в течение 5

минут.

Лук и корень петрушки очистить, вымыть, нашинковать и жарить на сливочном масле вместе с лавровым листом и душистым перцем горошком до образования золотистой корочки. Затем переложить овощи в бульон, влить томатный сок и варить до готовности. В конце варки добавить каперсы, рыбу и прокипяченный огуречный рассол. Лимон вымыть, очистить и нарезать ломтиками. Зелень петрушки и укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить.

Перед подачей к столу влить в солянку лимонный сок, в каждую тарелку положить по 1–2 ломтика лимона и зелень укропа и петрушки.

Суп «А-ля Маршалл»

Ингредиенты: *500 г филе судака, 130 г креветок, 1, 5 л рыбного бульона, 50 г зеленого горошка, 180 г шампиньонов, по 80 г моркови и репчатого лука, зелень укропа, 1 яйцо, 40 мл молока, 15 г маргарина, перец и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе судака промыть, нарезать порционными кусками и отварить в рыбном бульоне. Креветки промыть, отварить в подсоленной воде, очистить и нарезать небольшими кусочками. Шампиньоны промыть, отварить и нарезать ломтиками. Морковь и лук очистить, вымыть и нашинковать. Рыбу вынуть из бульона, бульон процедить, положить в него зеленый горошек, грибы, лук, морковь, поперчить и варить на слабом огне до готовности. Приготовить заправку для супа. Для этого яйцо соединить с молоком, добавить размягченный маргарин и перемешать до получения однородной массы. Зелень укропа вымыть, обсушить и мелко нарубить.

В готовый суп положить рыбу, креветки, добавить заправку, зелень укропа, плотно накрыть крышкой и дать настояться в течение 5 минут.

ВТОРЫЕ БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Помидоры, запеченные с рисом

Ингредиенты: *1 кг помидоров, 200 г риса, 150 мл мясного бульона, 20 г сливочного масла, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Часть помидоров помыть, осторожно срезать у них верхушки со стороны плодоножки и чайной ложкой выбрать мякоть с семенами. Другую часть мелко нарезать. Рис отварить до полуготовности, добавить к нему мелко нарезанные помидоры, влить мясной бульон, посолить и поперчить. Полученной смесью нафаршировать помидоры, положить их на смазанный маслом противень и на 10–15 минут поставить в предварительно разогретую духовку.

На стол блюдо подать горячим.

Помидоры с творогом и чесноком

Ингредиенты: *8 ломтиков белого хлеба, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 2 помидора, 200 г творога, 1 яичный желток, 1 чайная ложка картофельного крахмала, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку. Ломтики хлеба смазать растительным маслом и выложить на противень, покрытый слоем пищевой фольги. Помидоры вымыть, разделить каждый овощ на 4 части, вырезать мякоть, посолить,

посыпать черным молотым перцем и положить поверх ломтиков хлеба. Творог тщательно растереть и перемешать с желтком и крахмалом.

Готовую творожную массу выложить на дольки помидоров, поместить противень в предварительно разогретую духовку (230 °С) и запекать в течение 15 минут.

Помидоры, фаршированные маринованными грибами

Ингредиенты: *3–4 спелых помидора, 100 г маринованных грибов, 2 столовые ложки майонеза или сметаны, зеленый лук, укроп, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

У помидоров срезать верхнюю часть. Чайной ложкой аккуратно удалить из них мякоть с семенами так, чтобы получилось небольшое углубление. Посыпать помидоры изнутри солью и перцем. Грибы, зеленый лук и укроп мелко нашинковать, смешать, посолить и заправить сметаной или майонезом.

Полученным фаршем заполнить углубления в помидорах и прикрыть их сверху срезанными «крышечками».

Огурцы со сливками и укропом

Ингредиенты: *800 г крупных огурцов, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 красная паприка, 1 столовая ложка тертой цедры лимона, 2 столовые ложки лимонного сока, 120 г взбитых сливок, 2 столовые ложки белого сухого вина, 1 пучок зеленого лука, 2 пучка зелени укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить от кожицы, разрезать на половинки и удалить семена. Мякоть нарезать ломтиками шириной не более 1 см. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать. В широкой сковороде разогреть сливочное масло и обжарить в нем зеленый лук. Затем выложить в посуду огурцы, накрыть крышкой и продолжать тушить на слабом огне. Сладкую паприку вымыть, разрезать на половинки и удалить семена. Мякоть измельчить и добавить в сковороду к луку и огурцам. За 5–7 минут до готовности овощи посолить, полить лимонным соком, посыпать цедрой и черным молотым перцем. За 1–2 минуты до конца тушения добавить белое сухое вино и взбитые сливки.

Готовые овощи посыпать мелкорубленой зеленью укропа.

Капуста брокколи с творогом и чесночным соусом

Ингредиенты: *1 кг брокколи, 4 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки лимонного сока, 200 г творога, 2–3 зубчика чеснока, 4–5 столовых ложек свежих сливок, 2 яйца, сваренных вкрутую, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Соцветия капусты помыть и опустить в кипящую подсоленную воду (0,75 стакана). Когда вода с капустой закипит, добавить в кастрюлю растительное масло, 2 столовые ложки лимонного сока и тушить в течение 10 минут, после чего откинуть на сито и остудить. Чеснок очистить и пропустить его через чеснокодавилку. Творог размять и перемешать с чесночной кашицей, сливками и оставшимся лимонным соком. Готовую творожную массу приправить по вкусу солью и молотым черным перцем. Яйца очистить и мелко нарубить. Вареную капусту разложить по тарелкам, сверху поместить творожную массу и посыпать блюдо яйцами.

Морковь в сметане

Ингредиенты:*1 кг молодой моркови, 1 луковица, 3 столовые ложки сливочного масла, 250–300 мл мясного бульона, 4 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки каперсов, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 2 чайные ложки сахара, 2 столовые ложки лимонного сока, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Молодую морковь очистить и вымыть. Репчатый лук нарезать мелкими кубиками. В широкой сковороде разогреть сливочное масло и обжарить в нем лук до светло-золотистого цвета. Затем добавить в посуду целую морковь, мясной бульон и тушить в течение 12–15 минут. Готовые овощи откинуть на сито, отвар слить в отдельную посуду.

К горячему отвару добавить сметану, каперсы, сахар и лимонный сок. Соус тщательно перемешать, посолить и приправить черным молотым перцем. Выложить в него тушеную морковь, добавить мелкорубленую зелень и довести смесь до кипения.

Готовое блюдо подать на стол, посыпав мелкорубленым вареным яйцом.

Пюре из кабачков

Ингредиенты: *1 кг кабачков, 60 мл растительного масла, 1 стакан белого соуса, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, мелко нарезать и тушить в растительном масле. Затем добавить белый соус и тушить еще 10–15 минут. Полученную пюреобразную массу посолить, поперчить, посыпать мелко нарубленной зеленью укропа, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Запеканка из кабачков, яиц и сыра

Ингредиенты: *500 г кабачков, 3 яйца, 100 г сыра, 1 столовая ложка растительного масла, 20 г сливочного масла, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружочками. Сыр натереть на крупной терке. Яйца взбить. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Кружочки кабачков обжарить с обеих сторон в разогретом растительном масле. Затем выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями форму, посолить, поперчить, залить яйцами, посыпать тертым сыром и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 5–7 минут.

Запеканку выложить на блюдо, разрезать на порционные куски, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Баклажаны, фаршированные грибами и зеленью

Ингредиенты: *4–5 баклажанов, 300 г маринованных грибов, 2 пучка зелени петрушки, 1 луковица, 20–30 г сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 лавровый лист, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, разрезать вдоль и пополам, вынуть из середины мякоть и мелко нарезать ее. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть и измельчить. Грибы выложить на сковороду, добавить лук, сливочное масло и жарить в течение 5 минут.

Жареные грибы и лук пропустить через мясорубку, смешать с зеленью петрушки и мякотью баклажанов, наполнить этой смесью половинки баклажанов, соединить их, перевязать нитками.

Баклажаны положить в кастрюлю, залить водой, посолить, довести до кипения, добавить растительное масло, перец, лавровый лист и тушить в течение 10 минут на среднем огне. Затем убавить огонь до минимума, положить томатную пасту и тушить в течение 15 минут. Фаршированные баклажаны выложить на блюдо, удалить нитки, полить оставшимся от тушения соусом и украсить зеленью петрушки.

Шампиньоны со сметаной и белым вином

Ингредиенты: *750 г свежих шампиньонов, 2 луковицы, 75 г свиной прослойки, 2 столовые ложки сливочного масла, 125 мл сухого белого вина, 150 г сметаны, 2 столовые ложки лимонного сока, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Свежие шампиньоны очистить, вымыть, крупные грибы разрезать пополам, мелкие оставить целыми. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Свиную прослойку нарезать кубиками. В широкой сковороде разогреть сливочное масло и обжарить в нем свинину и лук до светло-золотистого цвета. Затем положить в сковороду шампиньоны, накрыть посуду крышкой и тушить все вместе в течение 5–7 минут.

Шампиньоны с сыром и яйцом

Ингредиенты: *20 штук шампиньонов средней величины, 2 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1 яйцо, 2 столовые ложки тертого сыра, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, листья салата, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Шампиньоны очистить и помыть. Ножки грибов отделить от шляпок, просушить и измельчить. Лук очистить, мелко нарезать и обжарить в растительном масле. Измельченные ножки грибов соединить с обжарен ным луком, добавить половину мелко нарезанной зелени петрушки, нарубленное яйцо, соль и все перемешать. Полученным фаршем наполнить шляпки шампиньонов, посыпать их тертым сыром, панировочными

сухарями, на каждую шляпку положить кусочек сливочного масла. Фаршированные грибы поместить на смазанный маслом противень и запекать в духовке до образования румяной корочки. Готовые шампиньоны выложить на блюдо, выстеленное листьями салата, и посыпать оставшейся измельченной зеленью петрушки.

Запеканка картофельно-грибная

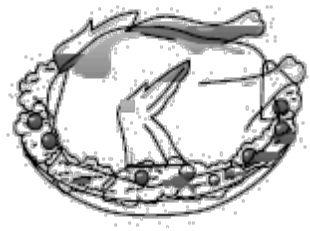
Ингредиенты:*5 клубней картофеля, 400 г шампиньонов, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 70 мл растительного масла, 20 г панировочных сухарей, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Грибы вымыть под проточной водой и нарезать тонкими ломтиками. Картофель очистить, помыть, нарезать кружочками. Лук очистить и измельчить. Чеснок пропустить через чеснокодавилку, соединить его с 1 столовой ложкой растительного масла и смазать форму. Выложить на ее дно картофель, затем лук и грибы, посолив каждый слой и сбрызнув его маслом. Сверху посыпать ингредиенты панировочными сухарями. Разогреть духовку, поместить в нее форму и готовить запеканку при 180 ˚С в течение 25 минут.

Блюдо украсить листиками петрушки.

ВТОРЫЕ БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ



Батон, фаршированный отварным мясом

Ингредиенты: *1 пшеничный батон, 250 г отварной свинины, 1 стакан мелконарубленного и поджаренного миндаля, лимонный сок, 4 столовые ложки куриного бульона, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень петрушки, мяты, эстрагона и укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Пшеничный батон разрезать вдоль пополам и удалить из обеих половинок мякиш. Отварное мясо нарезать кубиками и обжарить в растительном или сливочном масле. Мякиш, вынутый из батона, раскрошить и смешать с миндалем, измельченной зеленью (взять побольше петрушки) и поджаренным мясом. В полученную массу добавить лимонный сок, влить 1 столовую ложку куриного бульона и соус, оставшийся от жаренья мяса, добавить соль, перец и все хорошо перемешать. Этим фаршем заполнить половинки батона, сложить их вместе, полить соусом от жаренья и куриным бульоном.

Посыпать фаршированный батон измельченной зеленью, нарезать крупными кусочками и подать на стол с каким-либо зеленым салатом.

Бифштекс с творогом

Ингредиенты:*600 г говяжьего фарша, 200 г творога, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки пшеничной муки, 4 помидора, листья базилика, пряная зелень, соль и черный молотый*

перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясной фарш смешать с размягченным сливочным маслом, посолить, посыпать черным молотым перцем и тщательно перемешать. Из готового фарша сформовать бифштексы и обвалять их в муке. В широкой сковороде разогреть растительное масло и обжаривать в нем бифштексы до образования румяной корочки. Творог размять и перемешать с мелкорубленой пряной зеленью. Помидоры вымыть, удалить плодоножки и нарезать кружочками. Готовые бифштексы выложить на порционные тарелки, сверху положить творожную массу с зеленью и подать на стол.

При подаче блюдо украсить дольками томатов и целыми листьями базилика. На гарнир рекомендуется жареный картофель.

Куриные грудки, фаршированные сыром

Ингредиенты: *4 куриные грудки, 120 г сыра рокфор, 40 г сливочного масла, 80 мл коньяка, 1 яйцо, 2 столовые ложки панировочных сухарей, пшеничная мука, жир для фритюра, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Куриные грудки освободить от кожи и костей, слегка отбить молоточком, посолить и посыпать черным молотым перцем. Сыр рокфор размягчить на водяной бане и перемешать со сливочным маслом и коньяком. Куриные грудки раскрыть так, чтобы было видно малое филе, и положить внутрь масляно-сырную смесь. В отдельной посуде взбить сырое яйцо. На разделочную доску отдельными кучками насыпать пшеничную муку и панировочные сухари. Куриным грудкам придать первоначальную форму, обвалять в муке, обмакнуть во взбитое яйцо, затем обвалять в панировочных сухарях и жарить во фритюре при температуре 160 ˚С 10 минут.

Патиссоны, фаршированные печенью индейки

Ингредиенты: *3–4 патиссона, 400 г печени индейки, 150 г шампиньонов, 2 помидора, 2 луковицы, 50 мл растительного масла, 20 г сливочного масла, 2 столовые ложки белого сухого вина, 50 г маринованного крыжовника, 50 г тертого сыра, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть, грибы промыть. Патиссоны очистить от плодоножек, части мякоти и семян. Печень индейки промыть под холодной водой и прокрутить через мясорубку. Лук очистить, вымыть и нашинковать, шампиньоны нарезать. Обжарить печень вместе с луком на сковороде в разогретом масле, добавить шампиньоны, маринованный крыжовник, вино, соль и перец, перемешать и тушить еще 3–5 минут.

Приготовленной начинкой нафаршировать патиссоны, смазать их снаружи сливочным маслом, посыпать тертым сыром и выложить на противень. Запекать в разогретой духовке в течение 15–20 минут.

Готовые патиссоны полить растопленным сливочным маслом, украсить дольками помидоров, зеленью петрушки и подать к столу горячими.

Сенегальское маффе с говядиной

Ингредиенты: *1 кг говядины, 3 баклажана, 2 кабачка, 2 клубня картофеля, 1 небольшой вилок капусты, 2–4 помидора, 1–2 моркови, 1–2 луковицы, 1 перец чили, 60 г жира, 200 г несладкой арахисовой пасты, 400 мл бульона, 2 столовые ложки томатной пасты, специи, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи вымыть, мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Разогреть жир в большой кастрюле и слегка подрумянить кусочки мяса и мелко нарезанный лук. Затем все тушить на слабом огне в течение 5–7 минут. Все овощи крупно нарезать, добавить к мясу и тушить до размягчения.

Добавить арахисовую пасту и хорошо перемешать. Добавить бульон, томатную пасту и специи для получения подливки, посолить, поперчить и перемешать.

Готовое блюдо можно подавать с гарниром из риса.

Куриное филе с баклажанами

Ингредиенты: *500 г куриного филе, 500 г баклажанов, 2 столовые ложки сметаны, 60 мл растительного масла, зелень укропа, специи, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Баклажаны и зелень вымыть, куриное филе промыть. Филе нарезать кубиками, посолить, поперчить и приправить специями,

слегка обжарить в разогретом растительном масле. Затем добавить нарезанные кубиками баклажаны и жарить все вместе, периодически перемешивая, до появления румяной корочки на баклажанах. Сметану развести в 1 стакане воды и влить в сковороду. Продолжать тушить, пока не выкипит почти вся вода.

Готовое блюдо посыпать мелко нарезанным укропом. В качестве гарнира можно подать отварной рис.

Кабачки с фаршем

Ингредиенты: *3 кабачка, 600 г готового котлетного фарша, 150 г сливочного масла, 200 г сметаны, 2–3 столовые ложки муки, 2 столовые ложки панировочных сухарей, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Кабачки и зелень вымыть. Кабачки очистить, разрезать поперек на 2 части, мякоть вынуть ложкой, слегка обвалять в муке и обжарить на сковороде. Фарш посолить и начинить им кабачки. Затем кастрюлю смазать изнутри маслом и посыпать сухарями, плотно установить цилиндрики кабачков и залить растопленным маслом и сметаной. Тушить до готовности. Готовые кабачки посыпать измельченной зеленью и подать к столу.

Кабачки, тушенные с мясом и грибами

Ингредиенты: *500 г кабачков, 200 г говядины, 200 г маринованных грибов, 1 луковица, 5 столовых ложек растительного масла, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Кабачки очистить и нарезать кубиками. Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Грибы мелко нарубить. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.

Кабачки, мясо, грибы и лук выложить на сковороду, добавить растительное масло, соль, перец, влить немного воды и тушить на слабом огне до готовности.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки.

Цукини с мясом

Ингредиенты: *500 г мясного фарша, 400 г цукини, 2 луковицы, по 1 зеленому, желтому и красному сладкому перцу, 200 мл сливок, 40 мл водки, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки сметаны, сахар, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи вымыть. Цукини нарезать тонкими кольцами, перец – кубиками, а лук нашинковать. Разогреть на сковороде масло и тушить овощи около 5 минут. Затем добавить фарш, обжарить его до рассыпчатого состояния, приправить солью и перцем, влить сливки, водку, добавить сметану и сахар.

Подавать блюдо можно как горячим, так и холодным.

Брюссельская капуста с колбасой, сыром и творогом

Ингредиенты: *1 кг брюссельской капусты, 400 г вареной колбасы, 200 г творога, 2 яйца, 2 столовые ложки тертого сыра, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени петрушки и укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Брюссельскую капусту вымыть и надрезать каждый кочанчик со стороны кочерыжки. Варить ее в кипящей подсоленной воде с добавлением черного перца в течение 15 минут. Готовую капусту откинуть на сито или дуршлаг и дать воде стечь. Затем смазать маслом форму для запекания. Выложить в нее ровным слоем капусту. Вареную колбасу нарезать мелкими кубиками и рассыпать поверх капусты. Творог размять вилкой и перемешать с сырыми яйцами и мелкорубленой зеленью. Готовую творожную массу выложить ровным слоем поверх овощей и колбасы. Тертый сыр перемешать с панировочными сухарями и посыпать подготовленные ингредиенты. Форму с капустой поставить на решетку в разогретую до 200 ˚С духовку и запекать 10–15 минут.

Тонкая лапша с сыром и мясным фаршем

Ингредиенты:*250 г тонкой лапши, 500 г мясного фарша, 2 луковицы, 1 зубчик чеснока, 4 столовые ложки сливочного масла, 500 г помидоров, 100 г сыра, 1 столовая ложка жира, зелень чабера, соль и красный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Лапшу отварить в кипящей подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кубиками.

В широкой сковороде растопить 2 столовые ложки сливочного масла и обжарить в нем лук до светло-золотистого цвета. Чеснок очистить, мелко нарезать, добавить в сковороду к луку вместе с фаршем, обжарить. Готовый фарш посолить, приправить красным молотым перцем и мелкорубленой зеленью чабера. Помидоры вымыть, обдать крутым кипятком и снять кожицу. Затем удалить плодоножки, нарезать ломтиками и добавить в сковороду к обжаренному фаршу. Тушить 5–7 минут.

Форму для запекания смазать жиром и поместить в нее половину вареной лапши. Сверху выложить фарш и прикрыть его оставшейся лапшой. Сыр натереть на терке и посыпать им подготовленное блюдо. Положить в форму 2 столовые ложки сливочного масла и поставить ее в предварительно разогретую до 230 ˚С духовку на 20 минут.

Макароны по-домашнему

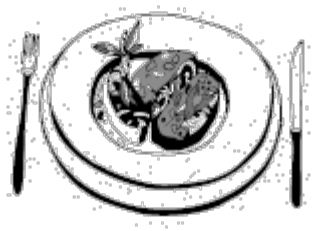
Ингредиенты: *250 г макарон, 250 г свиного фарша, 150 г сырокопченого окорока, 3 яичных желтка, 60 г тертого сыра пармезан, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Макароны отварить в подсоленной воде. Затем откинуть на дуршлаг и промыть. Сырокопченый окорок нарезать мелкими кубиками. В отдельной посуде растереть желтки в однородную массу. В глубокой миске соединить свиной фарш, кусочки сырокопченого окорока и яичные желтки, тщательно перемешать, посолить и приправить по вкусу черным молотым перцем.

Форму для запекания смазать сливочным маслом и посыпать панировочными сухарями. Затем выложить в нее слоями отварные макароны и мясной фарш, смешанный с окороком и яйцами. Последним должен быть слой макарон. Подготовленное блюдо посыпать тертым сыром пармезан и запекать в предварительно разогретой до 230 ˚С духовке в течение 20 минут.

ВТОРЫЕ БЛЮДА ИЗ РЫБЫ



Филе щуки в сырной оболочке

Ингредиенты: *600 г филе щуки, 1 столовая ложка лимонного сока, 150 г сыра, 3 яйца, 100 г сливочного масла, пшеничная мука, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе щуки вымыть, обсушить, сбрызнуть лимонным соком, посолить, приправить черным молотым перцем. Сыр освободить от оболочки и натереть на терке. В эмалированную миску разбить яйца, добавить натертый сыр и тщательно перемешать. На разделочную доску насыпать пшеничную муку. Подготовленное филе щуки обсушить салфетками и обмакнуть сначала в яично-сырную смесь, затем обвалять в пшеничной муке. В широкой сковороде растопить сливочное масло и жарить в нем подготовленное филе щуки по 5 минут с каждой стороны.

Когда рыба приобретет темно-золотистый оттенок, снять ее со сковороды и подать на стол с гарниром из овощей и риса.

Филе горбуши с творогом

Ингредиенты: *800 г филе горбуши, 2 лимона, 1 яйцо, 400 г творога, 3 столовые ложки растительного масла, 4 столовые ложки измельченного обжаренного миндаля, пшеничная мука, зелень петрушки и укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Из одного лимона выжать сок. Второй вымыть, обсушить полотенцем и нарезать кружочками. Филе горбуши вымыть холодной водой и обсушить салфеткой. Затем выложить его в глубокую миску и сбрызнуть с обеих сторон лимонным соком.

Миску накрыть крышкой и оставить рыбу мариноваться на 15 минут. По истечении указанного времени вынуть филе из маринада, обсушить, посолить, посыпать черным молотым перцем, затем обвалять в муке. В широкой сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем рыбу с обеих сторон. Время жарки – 5–10 минут. Готовое филе снять со сковороды и переложить на подогретое блюдо. Творог размять, перемешать с мелкорубленой зеленью и куриным яйцом. Творожную массу выложить на филе горбуши.

Готовое блюдо посыпать жареным миндалем, украсить кружочками лимона и подать на стол с отварным картофелем и салатом из помидоров.

Рыба золотистая

Ингредиенты: *500 г морской рыбы, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 лимона, 2–3 горошины перца, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть холодной водой и нарезать небольшими порционными кусками. Полить соком, выжатым из лимона, посолить и смазать сливочным маслом.

Рыбу вместе с перцем горошком выложить на специальный поддон и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 15 минут, затем перевернуть на другую сторону и выпекать еще 10 минут.

Подать на стол с гарниром из отварного риса или картофельного пюре.

Рыба под майонезом

Ингредиенты: *400 г морской рыбы, 150 г твердого сыра, 120 г майонеза, 1/2 лимона, 2 луковицы, 3 моркови, 1 чайная ложка сливочного масла, 4 столовые ложки оливкового масла, пшеничная мука, измельченная зелень петрушки и укропа, свежий шалфей, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Репчатый лук и морковь мелко нарезать и по отдельности обжарить в оливковым маслом в течение 5 минут. Рыбу очистить, выпотрошить, отделить плавники, хвост, голову и промыть в холодной воде. Филе нарезать по диагонали. Получившиеся куски полить соком лимона, натереть солью и перцем, запанировать в муке и поместить на дно смазанной сливочным маслом емкости. Выпекать в разогретой до 200 °С духовке в течение 15 минут. В

просторную посуду выложить обжаренную рыбу, затем слоями лук, морковь, натертый на крупной терке сыр. Полить майонезом и запекать 5–7 минут.

Перед подачей на стол посыпать блюдо зеленью укропа и петрушки и украсить листочками шалфея.

Рыба, запеченная с картофелем

Ингредиенты: *500 г речной рыбы, 3 клубня картофеля, 1 яйцо, 1/2 стакана нежирных сливок, 1/2 лимона, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка панировочных сухарей, зелень мелиссы и эстрагона, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Очищенный картофель нарезать тонкими ломтиками. Яйцо взбить в крепкую пену. Сливки поставить в микроволновую печь и довести до кипения, затем остудить, добавить молотый перец и взбитое яйцо. Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, полить соком лимона, посолить и поместить на смазанный сливочным маслом поддон для запекания. На нее положить ломтики картофеля, залить все смесью сливок и яйца, затем сбрызнуть растительным маслом и посыпать сухарями. Запекать в микроволновой печи 10–15 минут при полной мощности.

Перед подачей на стол рыбу украсить листочками мелиссы и эстрагона.

Рыба, запеченная с шампиньонами и сыром

Ингредиенты: *500 г морской рыбы, 6 шампиньонов, 1 луковица, 2 клубня картофеля, 1 лимон, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1 столовая ложка тертого сыра, 2 стакана сметаны, 4 столовые ложки сливочного масла, пшеничная мука, зелень укропа, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть и разделать на филе. Полить соком, выжатым из лимона, посолить и выложить на специальный поддон, смазанный небольшим количеством сливочного масла. Прогревать в микроволновой печи при полной мощности по 3 минуты с каждой стороны. Картофель и лук нарезать тонкими ломтиками, яйцо – кружочками. Шампиньоны очистить от кожицы, промыть и измельчить.

Смазать специальную емкость для запекания оставшимся

сливочным маслом, посыпать мукой, выложить в нее грибы и лук и прогревать в печи 5 минут при полной мощности. В форму выложить сметану, добавить рыбу, лук, грибы, картофель и яйцо, посыпать сыром, поперчить и поставить в печь. Запекать 10 минут при полной мощности.

Осторожно вынуть рыбу из формы, положить в тарелки, полить сметанным соусом и посыпать измельченной зеленью укропа.

Рыбные зразы с шампиньонами

Ингредиенты: *500 г рыбного филе, 1 луковица, 1/2 лимона, 100 г отварных шампиньонов, 2 столовые ложки молочного соуса, 300 мл растительного масла, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки и укропа, мука, молотые сухари, 1 сырое яйцо, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Филе рыбы без кожи нарезать широкими пластинками, отбить их до толщины 5 мм, натереть солью, перцем и сбрызнуть лимонным соком. Для приготовления фарша лук нашинковать, смешать с мелко нарезанными вареными грибами и обжарить в масле. Обжаренные лук и грибы охладить, добавить густой молочный соус, измельченную зелень петрушки, соль, перец и все тщательно перемешать. В центр каждой рыбной пластинки положить фарш, завернуть в трубочку. Обвалять зразы в муке, смочить в яйце, запанировать в сухарях и обжарить во фритюре.

Готовые зразы украсить кружочками вареных яиц и веточками зелени.

Рыбная смесь по-итальянски

Ингредиенты: *500 г баклажанов, 400 г филе белой рыбы, 200 г кальмаров, 150 г бекона, 1 помидор, 2 сладких перца, 2 луковицы, 100 мл красного вина, 2 столовые ложки оливкового масла, 2–3 зубчика чеснока, 1 чайная ложка тимьяна, лавровый лист, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи, рыбное филе и зелень вымыть. Бекон нарезать кубиками, лук и чеснок измельчить, добавить масло и тушить в сотейнике на слабом огне 5 минут. Затем добавить тонко нарезанный перец и тушить еще 5 минут. Баклажаны нарезать

кубиками, помидор мелко нарезать, положить в сотейник с тимьяном, лавровым листом, солью, перцем и влить вино. Довести до кипения и тушить 10 минут. Затем положить рыбу и кальмары, держать на огне в течение 10–15 минут до готовности рыбы.

Перед подачей к столу украсить зеленью петрушки.

Минтай с баклажанами

Ингредиенты: *600 г баклажанов, 700 г филе минтая, 1 помидор, 1 огурец, 3 столовые ложки муки, 2 столовые ложки томатной пасты, 60 мл растительного масла, 3 зубчика чеснока, зелень кинзы, укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Рыбное филе промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. В конце жаренья добавить томатную пасту. Баклажаны нарезать кружочками, натереть измельченным чесноком, обвалять в муке и обжарить с двух сторон.

Обжаренную рыбу и баклажаны выложить на блюдо, посыпать измельченной зеленью, украсить кружочками огурца и помидора и подать к столу.

Тушеный окунь с овощами

Ингредиенты: *800 г филе окуня, 500 г баклажанов, 2 болгарских перца, 2 помидора, 1 луковица, 100 мл растительного масла, 3–4 зубчика чеснока, гвоздика, зелень кинзы, укропа, петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Баклажаны и помидоры нарезать кубиками. Лук и перец очистить, нарезать кольцами, чеснок растереть с солью. Рыбное филе промыть, нарезать небольшими кусками и обжарить в разогретом масле до золотистого цвета. Затем добавить приготовленные овощи, гвоздику, посолить, поперчить и тушить в течение 10–15 минут.

Готовое блюдо посыпать нарубленной зеленью и подать к столу.

Рыбно-овощная запеканка

Ингредиенты: *500 г рыбного филе, 400 г цукини, 200 г тертого сыра, 200 г брокколи, 2 помидора, 1–2 луковицы, 1 клубень фенхеля, 1 кубик овощного бульона, 2–3 зубчика чеснока, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Помидоры обдать кипятком, очистить и некрупно нарезать. В кипящую воду добавить кубик бульона. Овощи нарезать, соцветия брокколи разделить пополам. Все положить в кипящий бульон и варить 5 минут. Рыбное филе промыть, нарезать и, вынув овощи из бульона, положить в него рыбу и варить 5–7 минут. Смазать форму маслом, положить в нее овощи и рыбу, посолить, поперчить, посыпать рубленым чесноком и тертым сыром. Запекать в разогретой духовке 10–15 минут.

Готовую запеканку посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки и подать к столу горячей.

Форель с кабачками

Ингредиенты: *400 г кабачков, 300 г филе форели, 4 луковицы, 4 помидора, 3 болгарских перца, 50 мл растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 2 столовые ложки муки, зелень укропа и петрушки, кориандр, соль и перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Овощи и зелень вымыть. Филе форели нарезать на порционные куски, обвалять в муке, обжарить в растительном масле. Кабачки очистить, нарезать соломкой, лук и перец нарезать кольцами и обжарить. Затем добавить 2 мелко нашинкованных помидора, томатную пасту, кориандр, посолить, поперчить и тушить 5–10 минут.

Готовое блюдо украсить дольками оставшихся помидоров, зеленью укропа и петрушки и подать к столу.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Пицца «Бавария»

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *300 г говядины, соль, специи, 10 г сливочного масла, 10 г кетчупа.*

Способ приготовления:

Отварите говядину до полуготовности. Пропустите отваренное мясо через мясорубку, приправив солью и специями. Выложите мясо на тесто, сформовав из него лепешку, смазав сливочным маслом и подняв бортики. Полейте пиццу кетчупом и майонезом.

Выпекайте до готовности в печи СВЧ или духовке при средней температуре.

Пицца с пикантными мясными кусочками

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *300 г телятины, пряности, 10 г сливочного масла, 20 г кетчупа.*

Способ приготовления:

Отварите телятину до полуготовности с пряными кореньями. Мясо нарежьте на небольшие тонкие кусочки и выложите на смазанное сливочным маслом тесто, полейте кетчупом. Выпекайте до готовности в печи СВЧ или духовке при средней температуре.

Пицца «Неаполь»

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *200 г говядины, соль, специи, кетчуп, 100 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Нарежьте говядину на небольшие узкие кусочки, обмакните в специях и обжарьте на сливочном масле. Кусочки выложите на тесто, сформуйте из него лепешку, поднимите бортики, смажьте маслом и полейте кетчупом.

Выпекайте до готовности в печи СВЧ или духовке при средней температуре.

Пицца с мясом и зеленью

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *200 г говядины, по 50 г репчатого лука и зелени, соль, специи, томатный соус, 10 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Отварите мясо до полу готовности со специями, нарежьте на тонкие ломтики. Сформуйте из теста круг, смажьте сливочным маслом и выложите мясо. Мелко нарежьте лук и зелень, посыпьте ими мясо и поднимите края пиццы. Посолите, поперчите.

Выпекайте до готовности в печи СВЧ или духовке при средней температуре.

Пицца с мясом и помидорами

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *по 200 г говядины и помидоров, соль, специи, томатный соус, 10 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Отварите мясо до полуготовности со специями, нарежьте на тонкие ломтики. Сформуйте из теста толстый блин, выложите на него ломтики мяса. Нарежьте помидоры колечками и разложите поверх выложенного мяса. Смажьте сливочным маслом. Поднимите края пиццы. Посолите, поперчите, полейте соусом.

Выпекайте до готовности в печи СВЧ или духовке при средней температуре.

Пицца с мясом и перчиками

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *200 г говядины, 2 крупных сладких перца, соль, специи, 10 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Отварите мясо до полуготовности со специями, нарежьте на тонкие ломтики. Сформуйте из теста лепешку, смажьте сливочным маслом и выложите на нее ломтики мяса. Нарежьте перцы тонкими дольками и положите на мясо. Поднимите края пиццы. Посолите, поперчите, полейте соусом. Выпекайте до готовности в печи СВЧ или духовке при средней температуре.

Пицца с ветчиной и луком

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *200 г ветчины, 70 г репчатого лука, соль, специи, томатный соус, майонез, 50 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Нарежьте ветчину на тонкие ломтики. Сформуйте из теста лепешку, смажьте сливочным маслом и выложите кусочки ветчины. Спассеруйте лук на сливочном масле и выложите его сверху. Посолите, поперчите. Поднимите края пиццы. Залейте томатным соусом и майонезом.

Выпекайте до готовности в печи СВЧ или духовке при средней температуре.

Пицца с куриным мясом и картофелем

Ингредиенты: *750 г муки, 200 г сливочного масла, 2 яйца, 60 г молока, соль.*

Для начинки: *400 г отварного куриного филе, 2 вареные картофелины, луковица, 2 крупных болгарских перца, 200 г сыра.*

Способ приготовления:

Из муки, масла, яиц, молока и соли вымесите крутое тесто, раскатайте его на противне в тонкую лепешку. На лепешку уложите мясо и картофель, нарезанные тонкими ломтиками, сверху выложите колечки лука и болгарского перца, посыпьте тертым сыром. Поставьте на 15–20 мин в духовой шкаф.

Перед подачей к столу можете полить майонезом и посыпать рубленой зеленью укропа, петрушки и сельдерея.

Пицца с телячьим филе

Ингредиенты: *400 г муки, 25 г сухих дрожжей, 1/2* стакана теплой воды, 60 г растительного масла, соль.

Для начинки: *150 г филе телятины, 50 г шампиньонов, 10 г ветчины, 2 зубчика чеснока, 100 г свежего шпината, соль, перец, сыр твердых сортов, кетчуп, кусочки овощей.*

Способ приготовления:

Вымесите миксером тесто до однородного состояния, дайте подойти в течение 30 мин при комнатной температуре, охраняйте от сквозняков. Мясо посолите и посыпьте перцем. Распустите масло на сковороде, обжарьте в нем филе со всех сторон и остудите. Очистите лук и чеснок, порубите их вместе с вымытыми шампиньонами очень мелко и обжарьте в горячем жире на сковороде в течение 3 мин до золотистого цвета. Для вкуса можете добавить сливки. Охладите грибную массу.

Шпинат промойте, обсушите и поджарьте в течение 5 мин. Тесту придайте форму пиццы и выложите на него ломтики ветчины, на нее – грибной фарш, затем шпинат. Сверху положите телячье филе. Полейте кетчупом, поперчите и посыпьте натертым на крупной терке сыром.

Запеките пиццу в микроволновой печи. Время выпечки – около 20 мин.

Мини-пицца с корейкой

Ингредиенты: *500 г муки, 25 г дрожжей, 250 мл молока, 90 г растительного масла, соль, 10 г сахара.*

Для начинки: *банка томатов (200 г), зубчик чеснока, 120 г растительного масла, 4 ломтика жирной корейки, по 20 г тимьяна и базилика, томатной пасты по вкусу, болгарский желтый перец, луковица, 150 г мягкого сыра, оливки.*

Способ приготовления:

Просейте через мелкое сито пшеничную муку. Смешайте ее с дрожжами, разведенными теплой водой, добавьте молоко, масло, соль, сахар и вымесите тесто до однородного состояния. Накройте салфеткой и оставьте в теплом месте на 2*1/2* –3 ч, чтобы оно подошло.

Для начинки выньте помидоры из банки, слейте сок, разрежьте пополам, протрите через сито, чтобы получился сок. В него добавьте крупно порубленный чеснок, тимьян, базилик, масло, томатную пасту и хорошо взболтайте.

Корейку нарежьте широкими полосками, положите в плоскую сковородку и прожарьте 1 мин. Перец нарежьте соломкой. Лук нарежьте кольцами, сыр – некрупными ломтиками. Тесто

разделите на 12 порций, придайте каждой форму пиццы диаметром 8–10 см. На тесто выложите все ингредиенты и полейте томатным соусом, украсьте оливками.

Запекайте пиццу по 4 порции в микроволновой печи около 12 мин. Мини-пиццу с корейкой подавайте к столу в горячем виде на большом подносе.

Пицца «Вкусная»

Ингредиенты: *1 кг пшеничной муки, 50 г дрожжей, 3 яйца, 1½* стакана воды, 30 г растительного масла, 20 г сахара, соль.

Для начинки: *500 г среднежирной баранины, 70 г растительного масла, по 4 зубчика чеснока и луковицы, 2 моркови, по 2–3 сладких перца и помидора, по пучку петрушки, укропа и зеленого лука, майонез, соль, перец, специи, 30 г яблочного уксуса.*

Способ приготовления:

Распустите дрожжи в теплой воде и оставьте на некоторое время в тепле. Добавьте в дрожжи сахар, посолите. Вбейте туда же 2 яйца, все тщательно перемешайте. Муку всыпайте в дрожжи постепенно, размягчая комочки. Тесто по консистенции должно быть не очень крутым, но и не растекаться. Если это необходимо, положите еще немного муки, но не переусердствуйте – крутое тесто будет жестким и невкусным. Аккуратно налейте в ладонь растительное масло и смажьте стол. Выложите тесто и раскатайте его в круг диаметром 25–30 см. Уложите круг из теста на противень, смазанный растительным маслом или свиным (бараньим) жиром и посыпанный сухарями или любой другой панировкой, и поставьте в тепло.

Баранину вымочите в течение получаса в слабокислом растворе яблочного уксуса, обсушите, заверните в полотенце, отбейте деревянным молоточком со всех сторон. Разрежьте 3 очищенных зубчика чеснока на тоненькие дольки и нашпигуйте ими баранину. Натрите поверхность мяса оставшимся толченным с солью чесноком, перцем и специями – измельченной гвоздикой, кориандром и базиликом. После этого порубите баранину мелкой соломкой. Приготовьте отдельно овощную начинку: порежьте соломкой морковь и перец, крупными кубиками – помидоры, мелкими кубиками – репчатый лук. Сюда же добавьте мелко нарезанные зеленый лук и укроп с петрушкой. Овощную начинку посолите и поперчите, заправьте 2 ст. л. растительного масла и все тщательно перемешайте.

Выкладывайте на тесто мясную и овощную начинку слоями. Самый нижний слой – овощи, затем – баранина, на баранину –

снова овощи, верхний слой – опять баранина. Обильно смажьте верхний слой начинки майонезом. Края теста фигурно зажмите. Разбейте оставшееся яйцо в стакан и отделите желток от белка. Смажьте желтком края пиццы. После этого дайте ей постоять 15–20 мин.

Поставьте противень с пиццей в духовку, предварительно разогретую до 200–250 °С, и не открывайте ее до полного приготовления пиццы. Оптимальное время выпечки – примерно 30 мин. Такую пиццу хорошо подать к пиву вместе с вареной фасолью и квашеной капустой.

Пицца со свеклой, луком и морковью

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *по 100 г сладкой моркови, красной свеклы и сливочного масла, по 50 г репчатого лука и сахара, томатный соус, соль и специи.*

Способ приготовления:

Нарежьте овощи соломкой и потушите на сливочном масле. Заправьте смесь сахаром и дайте постоять. Сформуйте из теста лепешку, смажьте ее сливочным маслом и выложите на нее овощную смесь, полейте соусом. Поднимите края пиццы.

Выпекайте до готовности в духовке или печи СВЧ при средней температуре.

Пицца с баклажанами

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *250 г баклажанов, 2 острых красных перчика, соль, специи, 50 г растительного масла, 10 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Нарежьте баклажаны тонкими колечками и потушите на растительном масле до полуготовности. Сформуйте из теста лепешку, смажьте сливочным маслом и выложите на нее овощи. Разрежьте перчики на небольшие кусочки и посыпьте баклажанные колечки. Посолите, добавьте специи и соус. Поднимите края пиццы.

Выпекайте до готовности в духовке или печи СВЧ при средней температуре.

Пицца с грибами

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *200 г белых грибов, соль, специи, 10 г сливочного масла, 20 г кетчупа, 20 г майонеза.*

Способ приготовления: Отварите грибы со специями, нарежьте тонкими дольками. На противне, смазанном маслом, сформуйте из теста пиццу нужной формы, смажьте ее маслом и выложите на нее отваренные грибы. Посолите, добавьте специи. Полейте кетчупом и майонезом.

Выпекайте до готовности в духовке или печи СВЧ при средней температуре.

Пицца с помидорами и шампиньонами

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *100 г шампиньонов, 200 г помидоров, соль, специи, 20 г кетчупа, 10 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Очистите грибы, нарежьте на тонкие дольки и отварите со специями. Помидоры нарежьте на дольки. На противне, смазанном маслом, сформуйте из теста лепешку, смажьте сливочным маслом и выложите на нее готовые грибы и кусочки помидоров. Посолите, полейте кетчупом и майонезом. Поднимите края пиццы.

Выпекайте до готовности в духовке или печи СВЧ при средней температуре.

Пицца с белыми грибами и луком

Ингредиенты: *300 г дрожжевого теста.*

Для начинки: *250 г белых грибов, по 100 г репчатого лука, сметаны и сливочного масла, соль, специи, 50 г пшеничной муки.*

Способ приготовления:

Грибы нарежьте на тонкие дольки, слегка обсыпьте мукой и припустите на сливочном масле. Мелко нашинкуйте репчатый лук и спассеруйте на сливочном масле до золотистого цвета.

На противне, смазанном маслом, сформуйте из теста пиццу, смажьте сливочным маслом и выложите на нее грибы и лук. Посолите, добавьте специи. Поднимите края.

Залейте сметаной и выпекайте до готовности в духовке или печи СВЧ при средней температуре.

Пицца «Океан»

Ингредиенты: *500 г муки, 1 стакан воды, 120 г сливочного масла, 20 г сухих дрожжей.*

Для начинки: *500 г филе морского окуня или трески, 2 луковицы, 90 г растительного масла.*

Способ приготовления:

Промойте рыбу, нарежьте ее на куски, обжарьте на разогретой сковородке в масле до полуготовности, остудите и выберите кости. Нарежьте лук на мелкие кусочки, обжарьте его до золотистого цвета и смешайте с рыбными кусочками. Добавьте растительное масло и все как следует перемешайте. Введите масло в муку и как следует разотрите полученную смесь.

Разведите дрожжи теплой водой, влейте эту смесь в муку и замесите тесто. Раскатайте его. У вас должна получиться одна большая тонкая лепешка или несколько маленьких. Смажьте маслом или жиром форму и положите туда лепешки. Немного поднимите края. В середину лепешек положите начинку из рыбы.

Поставьте пиццу в духовку и выпекайте примерно 15 мин при температуре 200 °С. Перед подачей к столу посыпьте зеленью укропа и петрушки. Можете полить майонезом или сметаной.

Пицца «Креветочная»

Ингредиенты: *500 г муки, 1 стакан воды, 60 г сливочного масла, 20 г сухих дрожжей.*

Для начинки: *300 г креветок, укроп, соль, 3 яйца.*

Способ приготовления:

Размороженных креветок положите в соленый кипяток, доведите до кипения и варите 3 мин. Выньте их и дайте обсохнуть. Нарежьте креветок на мелкие кусочки и добавьте сырые яйца. Как следует перемешайте.

Введите масло в муку и хорошенько разотрите полученную смесь. Разведите дрожжи теплой водой, влейте эту смесь в муку и замесите тесто. Тесто должно быть гладким, упругим и однородным.

После этого начинайте раскатывать его. У вас должна получиться тонкая лепешка или две тонкие лепешки. Смажьте маслом или жиром форму и положите туда приготовленные лепешки. Немного поднимите края. В середину приготовленной лепешки положите начинку из креветок с яйцами.

Поставьте пиццу в духовку и выпекайте примерно 10–15 мин. Готовую пиццу посыпьте мелко нарезанной зеленью и подавайте к столу. Можете полить пиццу кетчупом, соусом, растительным маслом или майонезом.

Пицца «Капитанская»

Ингредиенты: *600 г муки, 25 г сахара, 20 г прессованных дрожжей, 120 г растительного масла, соль, 90 г томатной пасты, 300 г воды.*

Для начинки: *500 г минтая, 4 яйца, 100 г сметаны, луковица, соль, перец, зелень петрушки и укропа.*

Способ приготовления:

Залейте в дрожжи немного теплой воды, всыпьте сахар. Поставьте смесь в теплое место и оставьте примерно на 20 мин.

Смешайте растительное масло и томатную пасту, посолите и добавьте немного воды. Взбивайте массу так, чтобы она стала густой. В муку добавьте обе смеси и влейте еще полстакана воды. Размешайте и вымесите. Поставьте тесто в теплое место примерно на полчаса. Затем разделите тесто на несколько кусочков, из них раскатайте тонкие лепешки.

Смажьте противень маслом или жиром и уложите на него раскатанные лепешки, оставьте на полчаса, чтобы тесто расстоялось. Выпекайте их в течение 5 мин при температуре 250 ˚С. Достаньте из духовки и остудите.

Промойте рыбу, сварите ее и выберите кости. Залейте яйцами, сметаной, добавьте мелко нарезанный лук, соль и перец. Все как следует перемешайте и выложите на лепешки.

Поставьте в духовку и выпекайте пиццу примерно 5–7 мин при температуре 220 ˚С. Посыпьте пиццу мелко нарезанной зеленью, полейте кетчупом и майонезом и подавайте к столу.

Пицца с крабами

Ингредиенты:*по 500 г муки и молока, 200 г воды, 3 яйца, 50 г дрожжей, 25 г сахара, 100 г маргарина, соль.*

Для начинки:*250 г крабового филе, 2 луковицы, 100 г болгарского перца, 150 г «Российского» сыра, зелень, кетчуп, соль, перец.*

Способ приготовления:

Измельчите дрожжи, перемешайте с сахаром и залейте стаканом теплой воды. Поставьте в теплое место. Когда дрожжи подойдут, смешайте их с теплым молоком, яйцами, солью, сахаром, измельченным маргарином, перемешайте, всыпьте муку. Месите тесто до тех пор, пока оно не начнет легко отставать от рук. Поставьте его в теплое место на 1 ч, чтобы оно подошло. Выложите тесто на посыпанный мукой стол, разделите на несколько частей (в зависимости от того, сколько вы будете

делать пицц), раскатайте на тонкие лепешки, уложите их на противень.

Филе краба разрежьте на небольшие ломтики и пожарьте с луком на медленном огне, остудите и разложите на приготовленных лепешках. Сверху положите мелко нарезанный перец, измельченную зелень, посыпьте все тертым сыром, посолите, поперчите, полейте кетчупом. Края лепешек заверните наверх так, чтобы какая-то часть начинки оказалась укрытой тестом.

Выпекайте в духовке при температуре 180 °С 20 мин. Подавайте пиццу горячей.

Пицца «Фокачия»

Ингредиенты: *750 г муки, 1 стакан теплой воды, 10 г сахара, 25 г дрожжей, 90 г сливочного масла, соль.*

Для начинки: *3–6 болгарских перцев, 2 баклажана, 4 помидора, 2 луковицы, 150 г сыра.*

Способ приготовления:

Растворите в теплой воде сахар. Добавьте дрожжи и дайте постоять 15 мин, после этого положите сливочное масло. В растворившиеся дрожжи добавьте муку и соль.

Замесите некрутое тесто. Выложите тесто в смазанную жиром посуду и дайте постоять 10 мин. Затем раскатайте пласт размером 25 Ч 25 см и дайте подняться в течение 20 мин. Выложите раскатанное тесто в форму для пиццы, кончиками пальцев вытяните края.

Кружочки баклажанов слегка обжарьте и выложите на дно пиццы, перец вместе с луком мелко порежьте и посыпьте ими баклажаны, ломтики сыра положите на перец с луком, весь верх закройте дольками помидоров. Полейте томатным соусом и майонезом.

Поставьте в духовку и выпекайте при средней температуре 20–30 мин.

Пицца с начинкой ассорти

Ингредиенты: *250 г муки, 15 г дрожжей, 1/2* стакана воды, 150 г растительного масла.

Для начинки: *по 200 г мяса и капусты, 3 помидора, по 2 луковицы, морковки и зубчика чеснока, 100 г сыра «Моцарелла», соль.*

Способ приготовления:

Мясо порежьте небольшими кусочками и слегка обжарьте на сковороде в растительном масле. Луковицы порежьте кольцами, морковь натрите на мелкой терке, капусту мелко нашинкуйте, помидоры порежьте толстыми кольцами. Овощи уложите на сковороду вместе с мясом и потушите 10–15 мин.

Воду подогрейте, разведите в ней дрожжи, добавьте около половины всей муки, все тщательно перемешайте. Поставьте в теплое место на 2–3 ч. После этого всыпьте оставшуюся муку и соль, перемешайте. Замесите гладкое тесто, добавьте растительное масло и все еще раз перемешайте. Посуду с тестом закройте салфеткой и поставьте в теплое место на 1*1/2* ч.

Перемесите тесто и выложите его на противень. На слой теста уложите начинку из мяса с овощами. Зубчики чеснока натрите на мелкой терке и высыпьте на начинку. Сбрызните все растительным маслом. Сыр натрите на терке и посыпьте им пиццу.

Выпекайте в духовке 30 мин при температуре 300 ˚С.

Пицца «Домашняя»

Ингредиенты: *500 г муки, по 30 г дрожжей и растительного масла, 70 г острого томатного соуса или кетчупа, 60 г сахара, соль, 100 г майонеза, 2 яйца, 250 мл воды.*

Для начинки: *200–250 г сервелата, по 100 г голландского сыра и майонеза, 50 г кетчупа, 4 луковицы, 130 г растительного масла, 3 спелых помидора, сладкий зеленый перец, по пучку укропа и петрушки, томатный соус, майонез.*

Способ приготовления:

В просеянную муку введите яйца, 200 г воды, масло, томатный соус или кетчуп, майонез, посолите, влейте дрожжи, предварительно замоченные в 50 мл воды и 2 ст. л. сахара. Тесто накройте и поставьте на 2 ч в теплое место, чтобы оно поднялось. Еще раз вымесите и дайте ему подойти. Распределите по смазанному жиром противню.

Нарежьте кусочками колбасу и 2 луковицы, обжарьте в масле, положите по 2 ст. л. майонеза и кетчупа. Выложите начинку на тесто слоями, чередуя с тертым сыром. Помидоры, 2 луковицы, сладкий зеленый перец порежьте колечками. Укроп и петрушку мелко нарежьте, смешайте с майонезом, залейте пиццу, затем уложите колечки помидоров, лука, перца и полейте майонезом и томатным соусом.

Разогрейте духовку до 220 ˚С и выпекайте пиццу 20 мин.

Капустный пирог

Ингредиенты: *500 г готового несдобного дрожжевого теста, 700 г белокочанной капусты, 2 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Белокочанную капусту помыть, нарезать тонкой соломкой, слегка присолить. Как только она пустит сок, отжать ее и слегка обжарить на сковороде с разогретым растительным маслом. Лук очистить, помыть под проточной водой, мелко нарезать и смешать с капустой. Тушить до мягкости, при необходимости добавив небольшое количество воды. Петрушку помыть, измельчить, смешать с остывшей капустой. Тесто раскатать в пласт, выложить на него капустную начинку, сформовать пирог и поместить его на смазанный маслом противень.

Разогреть духовку, поставить в нее пирог и выпекать в течение 20 минут.

Пирог-светофор

Ингредиенты: *500 г готового слоеного теста, 1 яйцо, 50 г сыра, 1 цукини, 2 сладких перца разных цветов, 100 мл кетчупа.*

Способ приготовления:

Тесто раскатать, разрезать на прямоугольники размером 5Х10 см, положить на смоченный водой противень, проткнуть в нескольких местах вилкой, смазать яйцом, поставить в духовку, разогретую до 200 ˚С, и выпекать в течение 5 минут. Вынуть слойки из духовки, смазать кетчупом, оставляя небольшую полоску по краю, посыпать тертым сыром, выложить один под другим кружочки цукини, кольца желтого и красного перцев.

Поставить пирог в духовку и выпекать еще 5 минут.

Пирог с картофелем

Ингредиенты: *300 г готового слоеного теста, 200 г картофеля, 1 луковица, 60 мл молока, 20 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель очистить, отварить в подсоленной воде, затем размять, добавить молоко и сливочное масло. Лук нарубить и обжарить на сковороде в растительном масле. Соединить лук с картофелем, все перемешать. Тесто разделить на 2 части, каждую

раскатать в тонкий пласт, один положить на смазанный растительным маслом противень, сверху поместить начинку, которую накрыть вторым пластом, края теста защипнуть.

Выпекать изделие в духовке в течение 20 минут при температуре 200 °С.

Узелки со спаржей и грибами

Ингредиенты: *500 г готового слоеного теста, 500 г спаржи, 50 г маринованных грибов, 2 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, рубленый базилик, соль и черный молотый перец по вкусу.*

Способ приготовления:

Спаржу очистить, вымыть, нарезать небольшими кубиками, обжарить в масле вместе с нарезанным тонкими колечками луком, добавить рубленый базилик, измельченные грибы, соль, перец, все перемешать. Тесто раскатать, вырезать из него квадратики со стороной примерно 10–12 см, положить их на смазанный маслом и застеленный пергаментом противень, выложить на них начинку, уголки квадратиков соединить, чтобы получился узелок.

Поместить изделия в духовку, разогретую до 180 °С, и выпекать в течение 20 минут.

Крокеты с картофелем и творогом

Ингредиенты: *500 г картофеля, 500 г нежирного творога, 2 яйца, 100 г пшеничной муки, 75 г топленого масла, соль и мускатный орех по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель вымыть и отварить в кожуре. Затем промыть клубни холодной водой, очистить и размять в пюре. Творог растереть с сырыми яйцами, посолить и приправить тертым мускатным орехом. Из приготовленного картофельного пюре, творожной смеси и пшеничной муки вымесить тесто и скатать из него шарики размером с грецкий орех. В широкой сковороде разогреть топленое масло и обжарить в нем крокеты со всех сторон.

Сырники

Ингредиенты: *500 г творога, 1 яйцо, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка сахара, 5 столовых ложек растительного масла, ванилин и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Яйцо взбить с сахаром добела. Творог протереть сквозь сито, добавить соль, ванилин, муку и яйцо с сахаром. Массу тщательно вымешать, сформовать сырники и жарить их с двух сторон на растительном масле до образования румяной корочки.

Сырники с картофелем

Ингредиенты: *500 г творога, 800 г картофеля, 1 яйцо, 3 столовые ложки сахара, 4 столовые ложки муки, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Картофель очистить и сварить в подсоленной воде. Творог протереть через сито.

Тщательно размять картофель и смешать его с творогом, добавить яйцо, половину муки, сахар, соль и все хорошо вымешать. Сформовать из подготовленной массы сырники, обвалять их в оставшейся муке и жарить в растительном масле с обеих сторон до образования румяной корочки. Подать на стол, полив сметаной.

Сырники с морковью

Ингредиенты: *300 г творога, 500 г моркови, 1 яйцо, 1 столовая ложка сахара, 100 г муки, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, нарезать ломтиками, налить немного воды и тушить до мягкости. Затем протереть ее через металлическое сито. Творог размять, соединить с морковью, 2 столовыми ложками муки, добавить яйцо, соль, сахар и все тщательно перемешать. Сформовать сырники, обвалять их в оставшейся муке и обжарить с двух сторон в растительном масле до румяной корочки.

Сырные палочки

Ингредиенты: *250 г готового слоеного теста, 120 г сыра, 1 яйцо.*

Способ приготовления:

Тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см, смазать яйцом, сбрызнуть подсоленной водой, посыпать тертым сыром, нарезать палочками шириной 1,5 см и длиной 8–10 см. Положить изделия на смоченный водой противень, поставить в духовку и выпекать при температуре 210 ˚С в течение 10–12 минут.

Слоеные конвертики с творогом и вареным окороком

Ингредиенты:*300 г готового слоеного теста, 150 г вареного окорока, 200 г творога, 1 луковица, 1 яйцо, 1 яичный желток, 1 столовая ложка молока, семена кунжута, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Репчатый лук очистить, вымыть и измельчить. Вареный окорок нарезать маленькими кубиками и перемешать с луком. Творог размять, посолить и соединить с яйцом. Смешать творожную массу со смесью лука и окорока. Слоеное тесто раскатать на столе и нарезать небольшими квадратиками. На половину каждого из них выложить начинку, накрыть второй стороной так, чтобы получился треугольник, и соединить края с помощью вилки. Противень смочить холодной водой и выложить на него сформованные конвертики. Перед выпечкой поверхность изделий смазать смесью молока и желтка и посыпать семенами кунжута.

Противень с конвертиками поставить в духовку и выпекать при 200 ˚С в течение 20 минут.

Пирог с лососем

Ингредиенты: *350 г готового слоеного теста, 200 г копченого лосося, 200 г отварного лосося, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 столовая ложка растительного масла, рубленый укроп, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см, положить его на смазанный растительным маслом противень и выпекать в предварительно разогретой духовке в течение 10 минут при температуре 200 ˚С. Соединить мелко нарезанные копченый лосось, укроп, отварной лосось, влить лимонный сок, все посолить и перемешать.

На охлажденный на решетке корж из теста выложить начинку и украсить зеленью укропа.

Слойки «Морские»

Ингредиенты: *600 г готового слоеного теста, 15 свежих шампиньонов, 20 оливок без косточек, 500 г крабовых палочек, 180 г острого сыра, 1 яйцо, 3 столовые ложки молока, сладкий красный перец, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Крабовые палочки разморозить при комнатной температуре и нарубить небольшими кусочками. Свежие шампиньоны отварить и нарезать ломтиками. Оливки без косточек вынуть из банки и нарезать кружочками. Сыр натереть на мелкой терке и перемешать со сладким красным перцем. Слоеное тесто раскатать в пласт, нарезать квадратиками, после чего каждый из них разрезать по диагонали так, чтобы получилось два треугольника. В отдельной посуде взбить молоко с яйцом и солью и смазать этой смесью поверхность треугольников. Затем выложить на каждый из них по 1 ломтику грибов, 3 кусочка крабовых палочек и 3 кружочка оливок. После этого поместить слойки на смоченный холодной водой противень и посыпать смесью сыра и красного перца.

Противень с изделиями поставить в предварительно разогретую духовку и выпекать при 200 °С в течение 10–12 минут.

Слойки с сосисками

Ингредиенты: *250 г готового слоеного теста, 6 сосисок, томатный соус, тмин и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Тесто раскатать в пласт, разрезать его на прямоугольники по длине сосисок. Каждую сосиску обмакнуть в соус, завернуть в тесто, положить на смоченный водой противень, сбрызнуть соленой водой, посыпать тмином.

Слойки поставить в нагретую до 200 °С духовку и выпекать в течение 20 минут. Подавать с томатным соусом.

Вафли с творогом

Ингредиенты: *130 г сливочного масла, 120 г творога, 100 г*

сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 3 яйца, 2 чайной ложки натертой лимонной цедры, 200 г пшеничной муки, 1 чайная ложка пекарского порошка, 120 мл молока, 50 г изюма без косточек, 1 столовая ложка сахарной пудры.

Способ приготовления:

Творог растереть с сахарным песком, добавить ванильный сахар и, продолжая растирать, ввести в массу сливочное масло, яйца и натертую лимонную цедру. Пшеничную муку смешать с пекарским порошком, теплым молоком и замесить густое тесто. Затем творожную массу и тесто соединить и тщательно вымесить, добавив мелко нарезанный изюм. Готовое тесто охлаждать в течение получаса, после чего выпекать вафли следующим образом: от большого куска теста отделять порционные кусочки, класть в смазанную маслом и разогретую вафельницу и выдерживать до появления светло-золотистого цвета.

Горячие вафли посыпать сахарной пудрой и сразу же подать на стол.

Пудинг из белого хлеба с изюмом и миндалем

Ингредиенты: *1 черствый батон, 200 мл молока, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки сахара, 4 яйца, 2 столовые ложки молотых миндальных орехов, 1 столовая ложка изюма, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 1 пакетик ванильного сахара, тертая лимонная цедра, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Срезать с батона корку, мякиш измельчить. Влить в посуду молоко, поставить в микроволновую печь и прогревать 30 секунд при полной мощности. Залить горячим молоком хлеб, немного охладить, затем добавить размягченное сливочное масло. Взбивать эту смесь, пока она не станет пышной. Продолжая взбивать, постепенно добавить 2 столовые ложки сахара, ванильный сахар, лимонную цедру, желтки, миндальные орехи, изюм и соль. Белки взбить с 1 столовой ложкой сахара, после чего ввести в массу и осторожно перемешать. Смазанную маслом форму посыпать сухарями и поместить в нее молочно-хлебную массу.

Выпекать под крышкой 10 минут, установив регулятор мощности ниже средней отметки.

Пудинг молочный из кукурузной муки

Ингредиенты: *2 стакана молока, 1/2 стакана сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки кукурузной муки, 1 яйцо, 2 чайные ложки изюма, ванилин и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сахар, кукурузную муку и соль соединить и, непрерывно помешивая, постепенно влить молоко. Прогревать смесь в микроволновой печи в течение 4 минут при средней мощности или на водяной бане 15–20 минут. Яйцо взбить и ввести его в молочно-кукурузную массу. Перемешать и прогревать 3 минуты при мощности выше средней или на водяной бане 10–15 минут. Добавить сливочное масло, ванилин и изюм, хорошо перемешать и остудить.

Пудинг с медом и апельсиновым ликером

Ингредиенты: *1 стакан молока, 1/2 стакана апельсинового сока, 1/2 стакана апельсинового ликера, 2 столовые ложки меда, 2 столовые ложки сахара, 1 яйцо, 1 столовая ложка манной крупы, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка мелко нарубленного миндаля, тертая цедра лимона, ванилин и соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Молоко влить в посуду, добавить сахар, ванилин, половину сливочного масла и соль. Поставить в микроволновую печь и довести до кипения. Постепенно всыпать в горячее молоко манную крупу, затем добавить тертую лимонную цедру. Яичный белок отделить от желтка. Взбить его в крепкую пену. В желток добавить немного смеси манной крупы с молоком, хорошо растереть, соединить его со взбитым белком, апельсиновым соком и вмешать в манную смесь. Оставшееся сливочное масло растереть с медом и поставить на огонь и подогреть.

Пудинг остудить, выложить на блюдо, полить соусом из ликера и меда и посыпать миндалем.

Шарики рассыпчатые

Ингредиенты: *250 г маргарина, 1 стакан сахара, 1/2 стакана майонеза, 2–3 яйца, мука, пищевая сода и ванилин на кончике ножа, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Маргарин растереть с мукой и солью, добавить майонез, яйца, взбитые со 100 г сахара, ванилин, соду и замесить тесто.

Слепить из него маленькие колобки и обвалять их в оставшемся сахаре.

Выпекать изделие в разогретой духовке в течение 15 минут.

Солнечные зайчики

Ингредиенты: *150 г муки, 125 г сливочного масла, 3 яйца, 125 г сахара, 25 г горького шоколада, 6 крупных абрикосов, 1 столовая ложка сахарной пудры, разрыхлитель, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Сливочное масло растереть с сахаром и солью, по одному добавить яйца, просеянную с разрыхлителем муку, натертый на крупной терке шоколад, замесить тесто. Положить его в 12 формочек для кексов (заполнив две трети их объема), предварительно смазанных маслом и посыпанных мукой, в каждую поместить по половинке абрикоса выпуклой стороной вверх. Формочки поставить в духовку, разогретую до 180 °С, на 20 минут.

Готовые изделия остудить и посыпать сахарной пудрой.

Ягодные пышки

Ингредиенты: *2 стакана муки, 1 стакан молока, 1 яйцо, 300 г свежих или свежезамороженных ягод (черника, голубика, брусника), тертая цедра лимона, 120 г сахара, 125 г растопленного сливочного масла.*

Способ приготовления:

Духовку предварительно разогреть до 180 °С. Муку просеять в миску, добавить апельсиновую цедру, сахар, все перемешать, сформировать горку. В ее центре сделать углубление, влить в него взбитое с яйцом и растопленным маслом молоко и аккуратно вымесить однородное тесто. Добавить в него ягоды и снова аккуратно вымесить. В маленькие формочки положить по 1 столовой ложке теста, после чего поставить их в духовку и выпекать в течение 10–15 минут (до золотистого цвета).

Готовые пышки оставить в формочках на 5 минут, чтобы они немного остыли, затем выложить их на блюдо и подать на стол.

Банановые пончики

Ингредиенты: *1 стакан муки, 5–6 бананов, 6 яиц, 1/2 стакана*

сахара, растительное мало для фритюра, 20 г кокосовой стружки.

Способ приготовления:

Желтки отделить от белков и растереть с сахаром. Белки взбить, добавить к желткам, всыпать муку и все осторожно перемешать. Бананы нарезать кружочками толщиной 2 см, обмакнуть в тесто с помощью вилки и обжарить во фритюре.

Готовые банановые пончики посыпать кокосовой стружкой.

Сладкий пирог с морковью

Ингредиенты: *300 г готового слоеного теста, 500 г моркови, 100 г яблок, 150 г сахара, 30 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, ванилин по вкусу.*

Способ приготовления:

Морковь очистить, промыть, натереть на крупной терке, потушить в сливочном масле с сахаром. Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать тонкими пластинками. Слоеное тесто разделить на 2 части, раскатать их в пласты, один выложить на смазанный растительным маслом противень, поместить на него морковную начинку, сверху распределить ровным слоем яблоки, посыпать их ванилином, накрыть вторым пластом. Края пирога защипнуть, проколоть в нескольких местах вилкой и поставить в разогретую духовку на 30 минут.

Сметанный пирог

Ингредиенты: *2 стакана пшеничной муки, 2 стакана сметаны, 2 яйца, 1 стакан сахара, 1/2 чайной ложки пищевой соды, 20 г сливочного масла.*

Способ приготовления:

Муку, сахар, яйца, соду, сметану тщательно перемешать до получения однородной массы. Тесто перелить в смазанную маслом и предварительно прогретую глубокую сковороду. Поставить ее в духовку и выпекать при температуре 200–250 °С до подрумянивания.

Банановый пирог

Ингредиенты: *3 банана, 2 яйца, 1 стакан сахара, 2 стакана муки, 100 мл молока, 30 мл растительного масла, 1/2 пачки маргарина, разрыхлитель для теста, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Бананы размять вилкой. Добавить к ним размягченный маргарин и перемешать. В полученную массу вбить яйца, всыпать сахар, соль, разрыхлитель, муку, влить молоко.

Тщательно вымесить тесто и выложить его в смазанную маслом форму.

Выпекать пирог в течение 30 минут в духовке, разогретой до 200 °С.

Лимонный пирог

Ингредиенты: *4 стакана муки, 300 г маргарина, 2 стакана сахара, 2 яйца, 1 лимон, 1/2 чайной ложки соды.*

Способ приготовления:

Маргарин растопить, разбить в него яйца, всыпать половину нормы сахара и соду. Все перемешать, добавить муку и замесить тесто. Раскатать его и выложить на противень, предварительно отрезав от него небольшой кусочек и слегка охладив его. Лимон пропустить через мясорубку, добавить в массу оставшийся сахар и выложить ее на пласт теста. Остатки охлажденного теста натереть на терке над лимонной массой.

Выпекать пирог в предварительно разогретой духовке в течение 15 минут.

Банановые кексы с грецкими орехами

Ингредиенты: *2 банана, 350 г муки, 1/2 пачки сливочного масла, 2 яйца, 300 мл молока, 80 г растопленного белого шоколада, 40 г грецких орехов, 100 г сахара, 1/2 чайной ложки пекарского порошка, соль по вкусу.*

Способ приготовления:

Муку смешать с пекарским порошком и просеять. Добавить к ним сахар и соль. Сливочное масло растопить и взбить с яйцами и молоком. Полученную смесь соединить с размятыми в пюре бананами, растопленным белым шоколадом и мелко нарезанными грецкими орехами, переложить в формочки для кексов.

Выпекать изделие в разогретой духовке в течение 20 минут.

© ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик», 2011